

**HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP KONDISI FISIK
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA
(Studi Pada Siswa-Siswi Kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru)**

SKRIPSI

Disusun Untuk Melengkapi Tugas-Tugas
Dan Syarat-Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Psikologi



OLEH :

RAHMAH NOLA
10561001700

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM
RIAU
2009**

DAFTAR ISI

PENGESAHAN PEMBIMBING

PENGESAHAN PENGUJI

PERSEMBAHAN

MOTTO

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR LAMPIRAN

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Kegunaan Penelitian.....	8
1. Kegunaan Teoritis	8
2. Kegunaan praktis.....	8

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja.....	9
1. Pengertian Remaja.....	9
2. Batasan Usia Remaja.....	12
3. Tugas Perkembangan Remaja	12
B. Sikap	12
1. Pengertian Sikap.....	13
2. Struktur Sikap.....	15
3. Fungsi Sikap	15
4. Pembentukan Sikap	16
5. Perubahan Dan Pengubahan Sikap	18
6. Karakteristik (Dimensi) Sikap.....	19
C. Kondisi Fisik	20
D. Sikap Remaja Terhadap Kondisi Fisik.....	23
E. Percaya Diri	24
1. Pengertian Percaya Diri.....	24
2. Ciri-Ciri Atau Tanda-Tanda Orang Percaya Diri	25
3. Ciri-Ciri Atau Tanda-Tanda Orang Tidak Percaya Diri.....	25

4. Proses Pembentukan Rasa Tidak Percaya Diri	27
5. Sifat-Sifat Orang Yang Memiliki Kepercayaan Diri	27
F. Kerangka Pemikiran.....	29
G. Asumsi.....	38
H. Hipotesis.....	39
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	40
B. Variabel Penelitian dan Operasional Variabel	40
1. Variabel Penelitian	40
2. Definisi Operasional.....	40
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43
1. Populasi Penelitian	43
2. Sampel Penelitian	44
D. Teknik Pengumpulan Data	45
1. Alat Ukur.....	45
a. Alat ukur untuk Variabel Sikap Terhadap Kondisi Fisik	45
b. Alat Ukur Untuk Variabel Kepercayaan Diri.....	47
E. Uji Coba Alat Ukur.....	48
F. Uji Validitas	48
G. Uji Reliabilitas	53
H. Teknik Analisa Data	54
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Laporan Pengumpulan Data	56
B. Hasil Uji Asumsi	56
C. Hasil Uji Normalitas	56
D. Hasil Uji Linearitas Hubungan	57
E. Hasil Analisa Data	58
F. Deskripsi Kategorisasi Data.....	60
G. Pembahasan.....	65
BAB V. PENUTUP	
A. Simpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN	

Rahma Nola (2009). Hubungan Antara Sikap Terhadap Kondisi Fisik Dengan Kepercayaan Diri Remaja Pada Siswa-Siswi Kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim RIAU.

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan Sikap terhadap kondisi fisik Dengan Kepercayaan diri remaja pada Siswa-Siswi Kelas XI SMAN 2 Pekanbaru. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan yang positif antara Sikap terhadap kondisi fisik Dengan Kepercayaan diri remaja. Populasi penelitian adalah Siswa-Siswi Kelas XI SMAN 2 Pekanbaru berjumlah 301 siswa, dan yang menjadi sampel adalah sebanyak 75 siswa yang ditentukan berdasarkan teknik pengambilan sampel *propotional Random sampling*. Teknik analisa data diolah dengan menggunakan teknik *koefisien korelasi product moment* dari Person.

Variabel Sikap terhadap kondisi fisik diperoleh validitas sebesar 0,345-0,699 dengan reliabilitas 0,904. Variabel kepercayaan diri remaja diperoleh validitas antara 0,323-0,669, dengan reliabilitas 0,915. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja, dengan koefisien korelasi sebesar 0,762 dan R^2 sebesar 0,725, dan F sebesar 289.84, hal ini menunjukkan bahwa sikap terhadap kondisi fisik memiliki pengaruh sebesar 72,5% terhadap pembentukan kepercayaan diri pada remaja. Hipotesis penelitian adalah semakin tinggi sikap terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh siswa, maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki siswa tersebut, dan sebaliknya semakin rendah sikap terhadap kondisi fisik yang dimiliki siswa tersebut, maka akan semakin rendah pula kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa.

Kata Kunci: Sikap Terhadap Kondisi Fisik, Kepercayaan Diri Remaja.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang penting dalam rentang kehidupan manusia. Masa remaja dikenal dengan masa *storm and stress* dimana terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi (Noname, 2007). Variasi tersebut yakni (1) Masa remaja sebagai periode penting. (2) Masa remaja sebagai periode peralihan. (3) Masa remaja sebagai periode perubahan. (4) Masa remaja sebagai usia bermasalah. (5) Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri. (6) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. (7) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis. (8) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa (Noname, 2008). Pada masa remaja (usia 12 sampai dengan 21 tahun) terdapat beberapa fase (Monks, 1985), fase remaja awal (usia 12 tahun sampai dengan 15 tahun), remaja pertengahan (usia 15 tahun sampai dengan 18 tahun) masa remaja akhir (usia 18 sampai dengan 21 tahun) dan diantaranya juga terdapat fase pubertas yang merupakan fase yang sangat singkat dan terkadang menjadi masalah tersendiri bagi remaja dalam menghadapinya (Noname, 2007).

Masa pubertas sendiri berada tumpang tindih antara masa anak dan masa remaja, sehingga kesulitan pada masa tersebut dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan menghadapi fase-fase perkembangan selanjutnya (Noname, 2007). Kesulitan pada masa pubertas terjadi dikarenakan perubahan fisik dan

perkembangan psikologisnya yang pesat, sehingga masa ini sering disertai dengan gejala dan permasalahan baik fisiologis maupun psikologis (Sriati, 2008). Pada fase itu remaja mengalami perubahan dalam sistem kerja hormon dalam tubuhnya dan hal ini memberi dampak baik pada bentuk fisik (terutama organ-organ seksual) dan psikis terutama emosi. Ketika seorang remaja memasuki jenjang keremajaan, maka ia mengalami begitu banyak perubahan dalam dirinya. Sikap-sikap atau tingkah laku yang ditampilkannya juga akan mengalami perubahan-perubahan.

Perubahan yang dialami seorang remaja tidak hanya perubahan-perubahan pada sikap dan tingkah laku saja, tetapi juga terjadi perubahan-perubahan yang dapat diamati secara langsung seperti perubahan fisik. Pada masa remaja perkembangan fisik dapat disertai oleh perkembangan mental yang cepat pula. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membuat sikap, nilai, dan minat baru. Perubahan fisik menunjukkan pada perubahan yang bersifat kuantitatif yang menyangkut aspek-aspek fisik jasmaniah, seperti perubahan-perubahan pada tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh, sehingga anak semakin besar dan semakin tinggi badannya (Sabri, 1993: 36).

Dalam pergaulan khususnya remaja, kondisi badan merupakan salah satu modal yang penting karena merupakan bagian yang tampak dari kepribadian individu dan dapat menciptakan kesan awal bagi orang lain. Banyak remaja yang tidak suka dengan kondisi fisiknya, sehingga merasa kurang percaya diri dan kerap menyalahkan bagian tubuh mereka sebagai penyebab kesulitan mereka

dalam bergaul karena dengan adanya rasa percaya diri siswa tersebut dapat bersosialisasi dengan baik dilingkungannya. Maka seorang remaja senang bila ada yang memuji penampilan fisiknya, dan sedih bila diomeli buruk (Hadi, 2005: 23).

Kepercayaan diri merupakan sifat kepribadian yang sangat menentukan dalam kehidupan orang secara pribadi. Tingginya kepercayaan diri yang dimiliki individu maka individu akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada di dalam dirinya. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh setiap individu, secara sederhana kepercayaan diri didefinisikan sebagai keyakinan individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Hakim, 2002: 6).

Menurut Hakim (2002: 5) individu yang memiliki rasa percaya diri akan memperlihatkan ciri-ciri: Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu, mampu menetralkan ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, memiliki kemampuan bersosialisasi, dan selalu bereaksi positif dalam menghadapi sebagai masalah.

Sebagian besar remaja mengalami krisis kepercayaan diri terutama pada saat mereka harus berinteraksi dengan lingkungan. Mereka lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-teman sebaya dibandingkan dengan lingkungan lain misalnya di lingkungan sekolah. Di sekolah remaja dituntut untuk

mampu bersosialisasi dan beradaptasi sesuai dengan kebiasaan yang mendominasi seperti kebudayaan yang mementingkan kesempurnaan unsur-unsur fisik.

Gejala rasa tidak percaya diri ini dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu dalam berbagai aspek keperibadian seseorang. Kelemahan-kelemahan pribadi memiliki aspek yang sangat luas dan berkaitan dengan kehidupan yang dialami oleh orang tersebut. Menurut Hakim (2002: 13) berbagai kelemahan pribadi yang dapat menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya adalah cacat atau kelainan fisik, ekonomi lemah, status sosial, dan mudah menyerah.

Menurut Mappiare (1982: 84) keadaan jasmani yang berimbang dalam masa remaja ini mempunyai pengaruh positif terhadap penilaiannya terhadap diri sendiri. Mereka yang pada umumnya puas dengan keadaan dirinya, akan mengarahkan mereka untuk lebih percaya diri sendiri dan berbahagia. Salah satu modal utama yang harus dimiliki oleh setiap orang yang ingin meningkatkan kepercayaan dirinya adalah berfikir dan bersikap positif dalam menilai diri sendiri, lingkungan dan dalam menjalankan kehidupannya (Hakim, 2002: 170).

Selanjutnya menurut Chave dkk (dalam Azwar, 2000: 4) sikap merupakan semacam kesiapan untuk beraksi terhadap suatu obyek dengan cara-cara tertentu. Kesiapan dimaksud merupakan kecenderungan potensial untuk beraksi secara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon.

Terjadinya perubahan-perubahan selama masa remaja akan menimbulkan sikap terhadap kondisi fisik selama dan setelah terjadinya perubahan. Menurut Calhoun dkk (dalam Hadi, 2005: 2) sikap adalah sekelompok keyakinan dan perasaan yang melekat tentang objek tertentu dan kecenderungan untuk bertindak terhadap objek-objek tersebut dengan cara tertentu.

Sikap ini dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif. Dalam sikap positif kecenderungan adalah mendekati, menyenangkan, dan mengharapkan objek tertentu, sedangkan sikap negatif terhadap kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, dan tidak menyukai objek tertentu (Sarwono, 1989: 94).

Fenomena inipun dapat ditemui pada siswa siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru. Dari hasil survey awal yang peneliti lakukan, peneliti memperoleh informasi bahwa masih banyak dari mereka yang sangat mementingkan penampilan fisik dan menilai keberadaan orang lain melalui kondisi fisik. Kondisi fisik yang dimiliki memberikan pengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri mereka, artinya bagaimana siswa-siswi dapat memiliki pandangan, perasaan dan tindakan untuk membentuk dan menjaga kondisi fisiknya agar dapat ideal baik dalam tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh sehingga dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada siswa pada tanggal 28 Mei 2009 di SMA Negeri 2 Pekanbaru pada 13 orang siswa yaitu tujuh orang siswa laki-laki dan enam orang siswa perempuan. Dari tujuh siswa laki-laki terdapat lima siswa yang mengalami ketidakpuasan atau bersikap negatif

terhadap kondisi fisiknya, sementara dari enam siswa perempuan terdapat tiga siswa yang mengalami ketidakpuasan atau bersikap negatif terhadap kondisi fisik atau mereka kurang memiliki pandangan, perasaan, dan tindakan terhadap tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh mereka. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa yang tidak puas atau bersikap negatif terhadap kondisi fisik lebih banyak jika dibandingkan dengan siswa yang puas atau sikap positif terhadap kondisi fisik. Siswa yang mengalami ketidakpuasan terhadap fisik ditandai dengan (1) Merasakan tinggi tubuh, berat tubuh, proporsi tubuh tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, misalnya mereka mengeluhkan tinggi badan dan berat badan serta proporsi tubuhnya (2) Mengeluhkan bentuk badannya (3) Mengeluhkan warna kulitnya (4) Menganggap kondisi fisiknya yang kurang seksi, seperti contoh pada siswa perempuan yang lebih tinggi dari teman-temannya, merasa tidak feminin dan suka membayangkan postur tubuh yang buruk pada dirinya dan dianggap tidak sesuai dengan umurnya, karena siswa tersebut berusaha untuk tampak lebih kecil. Dari keluhan-keluhan di atas dapat disimpulkan bahwa para siswa tersebut merasa tidak suka terhadap kondisi fisik yang dimilikinya, sehingga kepercayaan diri yang dimunculkan oleh siswa tersebut cenderung kepercayaan diri yang negatif dan perilaku yang dimunculkan oleh siswa tersebut adalah perilaku negatif yaitu tidak percaya diri, tidak mempunyai harga diri dan sulit untuk bergaul. Dari 13 orang siswa ditemukan lima orang siswa yang mengaku merasa minder dalam bergaul dengan teman-temannya, sehingga mereka sering kelihatan menyendiri dan menarik diri dari pergaulan dan empat orang siswa mengaku sering kelihatan sensitif dan mudah

tersinggung terhadap berbagai hal yang terjadi sekitarnya, misalnya menganggap orang yang tertawa didekatnya adalah menertawakan dirinya dan ini yang menyebabkan mereka kurang dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungannya dan selebihnya mengaku merasa minder dan sering kelihatan sensitif terhadap berbagai hal yang terjadi disekitarnya, artinya ada diantara siswa yang kurang mampu memiliki pandangan, perasaan, dan tindakan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik dan ideal sehingga siswa mengalami ketidakpercayaan diri karena kondisi fisik yang mereka miliki mereka anggap kurang ideal.

Berdasarkan fenomena yang telah dikemukakan, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terhadap siswa-siswi kelas 2 SMA Negeri 2 Pekanbaru. Penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai **“Hubungan Sikap Terhadap Kondisi Fisik Dengan Kepercayaan Diri Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru)”**

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka rumusan permasalahan yang diajukan adalah “Apakah ada hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja?”

C. Maksud dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengkaji dan mempelajari secara ilmiah hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik terhadap kepercayaan diri remaja pada Siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru. Untuk mencapai maksud

tersebut, maka tujuan yang akan dicapai dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberi sumbangan pada ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan. Terutama dapat memperkaya wacana mengenai hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, terutama pada siswa-siswi SMA Negeri 2 khususnya siswa-siswi kelas XI, dan diharapkan dapat memberikan pandangan atau penilaian yang positif terhadap kondisi fisik untuk mendapatkan rasa percaya diri yang tinggi serta lebih bersikap tenang dalam setiap penampilan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin yaitu *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan baik itu fisik maupun sosial psikologis. Juga merupakan periode antara pubertas dengan kedewasaan (Hurlock, 2000: 206).

Sarwono (1989: 14-15) mendefinisikan remaja dengan menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah dengan pertimbangan-pertimbangan sebagai berikut:

- a. Usia 11 tahun adalah usia dimana pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder mulai nampak (kriteria fisik).
- b. Pada masyarakat Indonesia, usia 11 tahun sudah dianggap akhil balik, baik menurut adat maupun agama sehingga masyarakat tidak lagi melakukan mereka sebagai anak-anak (kriteria sosial).
- c. Pada usia tersebut mulai ada tanda-tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri (ego identity, menurut Erik Erikson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (menurut Freud) dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (menurut Piaget) maupun moral (Kohlberg) (kriteria Psikologik).

- d. Batasan usia 24 tahun merupakan batas maksimal, yaitu untuk memberi peluang bagi mereka yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai orang dewasa (secara adat/tradisi), belum dapat memberikan pendapat sendiri dan sebagainya.

Remaja merupakan transisi dari anak menuju kedewasaan dengan melalui berbagai perubahan dan perkembangan baik fisik maupun psikis. Remaja menurut sebagian orang merupakan masa yang indah namun juga masa tersulit karena banyaknya masalah yang akan dihadapi oleh remaja itu sendiri.

Aristoteles membagi perkembangan didasarkan atas keadaan biologis yaitu dari gejala pertumbuhan jasmani individu, mengatakan bahwa masa remaja dimulai dari umur 14,0-21,0 atau masa peralihan dari anak menjadi orang dewasa. Dimana melihat pada masa remaja ini ditandai dengan mulai bekerjanya kelenjar kelengkapan kelamin (Sabri, 1993: 146).

Namun ada banyak pendapat yang dikemukakan tentang pengertian remaja dari berbagai lingkungan keahlian dan profesi. Dalam hal ini penulis akan menjabarkan pengertian remaja ditinjau dari sudut perkembangan fisik. Dalam ilmu kedokteran dan ilmu-ilmu yang terkait (seperti biologi dan ilmu faal) remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik dimana alat-alat kelamin manusia mencapai kematangannya. Secara anatomis berarti alat-alat kelamin khususnya dan keadaan tubuh pada umumnya memperoleh bentuknya yang sempurna dan secara faal alat-alat kelamin tersebut sudah berfungsi secara sempurna pula. Pada

akhir dari perkembangan fisik ini akan terjadi seorang pria yang akan berotot dan berkumis/berjenggot yang mampu menghasilkan beberapa ratus juta sel mani (*spermatozoa*) atau seorang wanita yang berpayudara dan berpinggul besar yang setiap bulannya mengeluarkan buah sel telur dari indung telurnya (Sarwono, 1989: 6).

Dari berbagai pendapat yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana pada masa ini remaja mulai tumbuh dan berkembang kearah kematangan fisik, sosial, maupun psikologis.

Berdasarkan definisi remaja yang beragam yang telah diuraikan diatas, maka akan beragam pula batasan masa remaja yang diberikan untuk setiap definisinya sesuai dengan latar belakang pemikiran tokoh tertentu. Selanjutnya WHO (*World health organization*) pada tahun 1974 mendefinisikan tentang remaja yang lebih bersifat konseptual. Dalam definisi tersebut dikemukakan tiga kriteria yaitu biologi, psikologik, dan sosial ekonomi sehingga secara lengkap definisi tersebut sebagai berikut:

- a. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 1989: 9).

2. Batasan Usia Remaja

Para ahli sendiri hingga saat ini belum menemukan kata sepakat mengenai batasan usia remaja. Di Indonesia menurut Sarwono (1989: 14) batasan usia remaja dimulai dari usia 11-24 tahun.

Pada tahun 1974 WHO (*World health organization*) sebagai suatu lembaga kesehatan didunia akhirnya memberikan definisi dari remaja itu sendiri. Selain memberikan definisi remaja yang bersifat konseptual, WHO juga menetapkan batasan usia 10-20 tahun sebagai usia remaja, yang dibagi menjadi dua tahap yaitu: remaja awal dari usia 10-14 tahun dan remaja akhir dari usia 15-20 tahun. Selain itu Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) juga menetapkan usia 15-24 tahun sebagai usia pemuda (*youth*) dalam rangka keputusan mereka untuk menetapkan tahun Pemuda Internasional (Sarwono, 1989: 10).

3. Tugas Perkembangan Remaja

Havighurst (dalam Sarwono, 1989: 39) pada tahun 1972 mengemukakan suatu teori yang dinamakan teori tugas perkembangan (*developmental task*) yang didalamnya mengatakan bahwa setiap individu pada setiap tahapan usia mempunyai tujuan untuk mencapai suatu kepandaian, keterampilan, pengetahuan, sikap dan fungsi tertentu, sesuai dengan kebutuhan pribadi yang timbul dari dalam dirinya (faktor natifisme) dan tuntutan yang datang dari masyarakat sekitar (faktor empirisme). Selanjutnya Havighurst (dalam Yusuf, 2001: 74-85) menambahkan bahwa ada sembilan tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja yaitu:

- a. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dari jenis kelamin yang manapun.
- b. Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan secara efektif.
- d. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan dengan orang dewasa lainnya.
- e. Mencapai jaminan kemandirian ekonomi.
- f. Memilih dan mempersiapkan pekerjaan.
- g. Mempersiapkan pernikahan dan hidup berkeluarga.
- h. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan bagi warga negara.
- i. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial.

B. Sikap

1. Pengertian Sikap

Menurut Baron dkk (dalam Walgito, 2003 :110), menggambarkan sikap sebagai perasaan yang kekal, kepercayaan, dan perilaku yang diarahkan kearah spesifik, gagasan, object atau kelompok. Suatu kecenderungan ke arah object tersebut meliputi kepercayaan seseorang, perasaan, dan kecenderungan perilaku mengenai objek itu. Sedangkan menurut Azwar (2000 : 4), secara umum ada dua kerangka pemikiran para ahli psikologi sosial dalam mendefinisikan sikap :

A. Kerangka pemikiran tradisional, dibagi atas tiga :

- 1) Sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan (Thurstone, Likert, dan Osgood)
- 2) Sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu. Kesiapan dimaksud merupakan kecenderungan potensial untuk bereaksi secara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon (Chave, Bogardus, Lapierre, Mead & Allport).
- 3) Sikap merupakan konstelasi komponen-komponen kognitif, afektif, dan konatif yang saling berinteraksi dalam memahami, merasakan dan berperilaku terhadap suatu objek (Secord & Backman).

B. Kerangka pemikiran psikologi sosial mukhtahir ada 2 macam yaitu:

- 1) Sikap adalah kombinasi reaksi afektif, perilaku dan kognitif terhadap suatu objek. Pendekatan ini dikenal juga dengan pendekatan *tricomponen* (Breckler, Katz & Stotland, Rajecki).
- 2) Sikap adalah afek atau penilaian positif atau negatif terhadap suatu objek (Fishbein & Ajzen, Oskamp, Petty & Cacioppo)

Dari beberapa definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan penilaian positif atau negatif individu terhadap suatu objek yang merupakan kombinasi dari reaksi kognitif, afektif dan konatif.

2. Struktur Sikap

Menurut Walgito (2003 : 111), sikap mengandung tiga komponen yang membentuk struktur sikap yaitu :

- a. Komponen kognitif (komponen Perseptual), yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orangmempersepsi terhadap objek sikap.
- b. Komponen afektif (komponen emosional), yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap suatu objek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap yaitu positif dan negatif.
- c. Komponen konatif (komponen perilaku atau *action component*), yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap, yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap.

3. Fungsi sikap

Menurut Katz, sikap mempunyai empat fungsi (Walgito, 2003 : 111), yaitu:

- a. Fungsi instrumental, atau fungsi penyesuaian, atau fungsi manfaat.

Fungsi ini berkaitan dengan sarana-tujuan. Disini sikap merupakan sarana untuk mencapai tujuan. Orang akan bersikap positif terhadap objek sikap yang dapat membantunya untuk mencapai tujuan dan bersikap negatif

apabila objek sikap tersebut dapat menghambatnya dalam pencapaian tujuan. Karena itu fungsi ini juga disebut sebagai fungsi manfaat (*utility*), yaitu sampai sejauh mana manfaat objek sikap dalam rangka pencapaian tujuan. Fungsi ini juga disebut sebagai fungsi penyesuaian, karena dengan sikap yang diambil oleh seseorang, orang akan dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap sekitarnya.

b. Fungsi pertahanan ego

Sikap berfungsi sebagai mekanisme pertahanan ego dalam rangka menghindari ancaman keadaan dirinya atau egonya.

c. Fungsi ekspresi nilai

Melihat sistem nilai apa yang ada pada diri individu melalui sikap yang diambil individu yang bersangkutan terhadap nilai tertentu.

d. Fungsi pengetahuan

Sikap seseorang terhadap suatu objek sejalan dengan pengetahuannya terhadap objek sikap tersebut.

4. Pembentukan Sikap

Sikap tidak dibawa sejak lahir, tetapi dibentuk sepanjang perkembangan individu yang bersangkutan. Sikap itu dibentuk dan dipelajari dalam hubungannya dengan objek-objek tertentu (Walgito, 2003 : 115). Dalam interaksi sosial, terjadi hubungan saling mempengaruhi di antara individu yang satu dengan yang lain yang akan mempengaruhi pola perilaku individu itu sebagai anggota masyarakat. Individu bereaksi membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek

psikologis yang dihadapinya. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap (Azwar, 2000 : 30-38) adalah :

a. Pengalaman pribadi

Sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi terjadi dalam situasi yang melibatkan factor emosional. Dalam situasi yang melibatkan emosi, penghayatan terhadap pengalaman akan lebih mendalam dan lebih lama membekas. Namun suatu pengalaman tunggal jarang sekali menjadi dasar pembentukan sikap, karena biasanya individu tidak melepaskan pengalaman yang sedang dialaminya dari pengalaman-pengalaman lain yang terdahulu, yang relevan.

b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggapnya penting. Kecenderungan ini dimotivasi antara lain oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

c. Pengaruh kebudayaan

kebudayaan dapat mewarnai sikap dan memberikan cirak pada pengalaman individu.

d. Media massa

media massa mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Pesan-pesan sugestif yang dibawa oleh media massa, apabila cukup kuat, akan memberi dasar afektif dalam menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah suatu arah sikap

e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan dan lembaga agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.

f. Pengaruh faktor emosional

Suatu bentuk sikap kadang merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

5. Perubahan dan pengubahan sikap

Secara garis besar perubahan sikap ditentukan oleh dua faktor pokok (Walgito, 2003 : 117), yaitu :

a. Faktor individu itu sendiri atau faktor dalam

Individu dalam menanggapi dunia luarnya bersifat selektif, artinya apa yang datang dari luar tidak begitu saja diterima, tetapi sebelumnya akan diseleksi terlebih dahulu sehingga dapat diketahui mana yang akan diterima dan mana yang akan ditolak.

b. Faktor luar atau faktor eksteren

Faktor luar adalah hal-hal atau keadaan yang ada diluar diri individu, merupakan stimulus untuk membentuk atau mengubah sikap. Hubungan ini dapat terjadi secara langsung antara individu dengan individu lain, antara individu dengan kelompok, atau antara kelompok dengan kelompok. Dapat juga secara tidak langsung yaitu melalui perantara alat-alat komunikasi.

Hubungan yang secara tidak langsung ini dapat dengan sengaja diberikan, misalnya adanya komunikator yang dengan sengaja memberikan sesuatu dengan tujuan untuk membentuk atau mengubah sesuatu sikap tertentu, dan ada secara tidak langsung atau tudak sengaja diberikan, yaitu menciptakan situasi yang memungkinkan dapat menimbulkan perubahan atau pembentukan sesuatu sikap yang dikehendaki.

6. Karakteristik (Dimensi) Sikap

Sax menunjukkan beberapa karakteristik (dimensi sikap) (dalam Azwar, 2000 : 87), yaitu :

- a. Sikap mempunyai arah, artinya sikap terpilah pada dua arah kesetujuan yaitu apakah setuju atau tidak setuju, mendukung atau tidak mendukung, memihak atau tidak memihak terhadap sesuatu atau seseorang sebagai objek. Orang yang setuju, mendukung atau memihak terhadap suatu objek sikap berarti memiliki sikap yang arahnya positif sebaliknya mereka yang tidak setuju atau tidak mendukung dikatakan memiliki sikap yang arahnya negatif.
- b. Sikap memiliki intensitas, artinya kedalaman atau kekuatan sikap terhadap sesuatu belum tentu sama meskipun arahnya mungkin tidak berbeda.
- c. Sikap memiliki keluasan, maksudnya kesetujuan atau ketidak setujuan terhadap suatu objek sikap dapat mengenai aspek yang sedikit dan sangat spesifik tetapi dapat pula dapat mencakup banyak sekali aspek yang ada pada objek sikap.
- d. Sikap memiliki konsistensi, maksudnya adalah kesesuaian antara pernyataan sikap dengan responnya terhadap objek sikap termaksud. Konsistensi sikap

diperlihatkan oleh kesesuaian sikap antar waktu. Untuk dapat konsisten sikap harus bertahan dalam diri individu dalam jangka waktu yang relatif panjang. Sikap yang sangat cepat berubah, labil, tidak dapat bertahan lama dikatakan sebagai sikap yang bersifat inkonsisten. Sikap yang tidak konsisten yang tidak menunjukkan kesesuaian antara pernyataan sikap dan perilakunya, akan sulit untuk diinterpretasi dan tidak banyak berarti dalam memahami serta memprediksi perilaku individu yang bersangkutan.

- e. Spontanitas, yaitu menyangkut sejauh mana kesiapan individu untuk menyatakan sikapnya secara spontan. Sikap dikatakan memiliki spontanitas yang tinggi apabila dapat dinyatakan secara terbuka tanpa harus melakukan pengungkapan atau desakan lebih dahulu agar individu mengemukakannya.

C. Kondisi Fisik

Fisik berasal dari bahasa Inggris yaitu *physique* yang artinya organisasi struktural dan penampilan secara keseluruhan (Chaplin, 1999: 369). Fisik atau tubuh manusia merupakan sistem organ yang kompleks dan sangat mengagumkan, struktur fisik atau tubuh tersebut meliputi tinggi, berat, dan proporsi (Yusuf, 2001: 101).

Pada masa remaja terjadi perubahan-perubahan terhadap fisiknya yang menimbulkan akibat yang bermacam-macam. Akibat-akibat tersebut antara lain (Sulaiman, 1995: 23) yaitu:

- a. Mereka harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan proporsi badannya.

- b. Secepat mereka tampak seperti orang dewasa dalam besar dan bentuk tubuhnya, secepat itu pula mereka diharapkan dengan tuntunan-tuntunan baru. Semakin tampak mereka seperti orang dewasa, mereka dituntut untuk bertindak lebih dewasa, sekalipun mungkin mereka tidak mempunyai cukup waktu untuk belajar serta menemukan dirinya dalam peranan-peranan yang baru.
- c. Reaksi para remaja terhadap perubahan-perubahan fisik tersebut bermacam-macam. Ada yang menerimanya dengan perasaan bingung dan takut-takut.

Kondisi Fisik merupakan aspek penting bagi remaja dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Biasanya mereka mempunyai standar-standar tertentu tentang sosok fisik ideal yang mereka dambakan. Misalnya, standar cantik adalah berpostur tinggi, bertubuh langsing, dan berkulit putih (Noname, 2008), berwajah mulus dan tidak berjerawat, hidung mancung, tidak memiliki bekas luka dibagian tubuh yang tampak, dan sehat dalam arti tidak memiliki penyakit bawaan dari lahir.

Penampilan fisik merupakan salah satu segi dari gambaran diri. Orang yang puas dengan keadaan fisiknya pada umumnya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dari pada yang tidak. Dalam pergaulan setiap orang ingin diterima, diakui. Karena merupakan bagian yang paling tampak dari kepribadian kita dan menciptakan kesan awal bagi orang lain. Keadaan fisik kita merupakan

modal yang paling penting. Maka kita senang bila orang memuji penampilan fisik kita, dan sedih bila diomeli buruk (Hadi, 2005: 23).

Ruff mengemukakan, bahwa untuk dapat diterima didalam kelompok-kelompok remaja (*peer group*) selama masa remaja ini, seseorang jangan terlalu berbeda dengan yang lainnya dalam hal *physical appearance*. Apabila ada anak yang terlalu berbeda dengan teman-temannya yang lain, maka ia akan ditolak oleh kelompoknya atau diberi nama panggilan yang bersifat menghina, misalnya Si Gendut dan sebagainya (dalam Sulaiman, 1995: 25).

Keadaan fisik merupakan hal yang penting dalam suksesnya pergaulan. Karena itu tidak jarang terjadi bahwa kaum remaja melihat penolakan atas diri mereka. Mereka berfikir karena keadaan fisik mereka dan memandang bagian tubuh yang dianggap menjadi penyebab penolakan itu lebih buruk dari keadaan sebenarnya. Karena rasa tidak aman, kaum remaja kerap menyalahkan bagian tubuh mereka sebagai biang keladi kesulitan mereka dalam pergaulan.

Dari uraian diatas maka yang dimaksud dengan sikap terhadap kondisi fisik adalah penilaian positif atau negatif remaja terhadap sikap mereka terhadap kondisi fisik yang berupa pengetahuan atau pandangan remaja atas apa yang diketahui berkenaan dengan kondisi fisiknya, mengenai tinggi tubuh, berat tubuh, dan proporsi tubuh (komponen kognitif). Remaja dapat menaruh minat yang berhubungan dengan rasa senang dan tidak senang terhadap kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh, dan proporsi tubuh (komponen afektif). Serta remaja dapat bertindak dan berperilaku menjaga dan membentuk kondisi fisiknya

mengenai tinggi tubuh, berat tubuh, dan proporsi tubuh mereka (komponen konatif), hal-hal di atas dapat dilakukan oleh remaja untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka.

D. Sikap Remaja Terhadap Kondisi Fisik

Perubahan yang dialami seorang remaja tidak hanya perubahan-perubahan pada sikap dan tingkah laku saja, tetapi juga terjadi perubahan-perubahan yang dapat diamati secara langsung seperti perubahan fisik. Pada masa remaja perkembangan fisik dapat disertai oleh perkembangan mental yang cepat pula. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membuat sikap, nilai dan minat baru. Perubahan fisik menunjukkan pada perubahan yang bersifat kuantitatif yang menyangkut aspek-aspek fisik jasmaniah, seperti perubahan-perubahan pada tinggi tubuh, berat tubuh, proporsi tubuh, sehingga anak semakin besar dan semakin tinggi badannya (Sabri 1993: 36).

Fisik berasal dari bahasa inggris yaitu *physique* yang artinya adalah organisasi structural dan penampilan secara keseluruhan (Chaplin, 1993: 369). Fisik atau tubuh manusia merupakan sistem organ yang kompleks dan sangat mengagumkan. Struktur fisik atau tubuh tersebut meliputi tinggi, berat dan proporsi (Yusuf, 2001 : 23).

Terjadinya perubahan-perubahan selama masa remaja akan menimbulkan sikap terhadap kondisi fisik selama dan setelah terjadinya perubahan. Menurut Calhoun dkk (dalam Satmoko, 1995: 304) sikap adalah sekelompok keyakinan dan perasaan yang melekat tentang objek tertentu dan kecenderungan untuk bertindak terhadap objek-objek tersebut dengan cara tertentu.

Sikap ini dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif, dalam sikap positif kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan, dan mengharapkan objek tertentu. Sedangkan sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci dan tidak menyukai objek tertentu (Sarwono, 1989: 94).

Dengan demikian dapat diketahui bahwa remaja yang mempunyai sikap positif terhadap kondisi fisik berarti remaja tersebut puas dengan struktur fisiknya, karena mereka senang dan menyukai kondisi fisiknya sesuai dengan yang mereka harapkan. Sebaliknya bagi remaja yang memiliki sikap negatif terhadap kondisi fisiknya, berarti remaja tersebut tidak puas dengan kondisi fisik yang terjadi pada dirinya, karena tidak sesuai dengan yang mereka harapkan.

E. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Menurut Hakim, (2002 : 6), Percaya diri secara sederhana didefinisikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Sedangkan menurut Lauster (dalam Shofiah, 2002 :29) kepercayaan diri merupakan salah satu sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sedemikian rupa sehingga menimbulkan perasaan mampu, yakin atau dapat melakukan sesuatu sesuai dengan yang diinginkan. Untuk meraih suatu kepercayaan diri tidaklah terbentuk begitu saja, namun hal ini merupakan salah satu proses belajar. Dalam kamus istilah Psychology mengatakan bahwa percaya diri adalah : penilaian yang relatif tetap

tentang diri sendiri yang menandai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.(Agung Dkk, 2004: 13)

2. Ciri-ciri atau tanda-tanda orang yang memiliki kepercayaan diri

Menurut Davied (2002 : 11) tanda-tanda orang yang memiliki kepercayaan diri adalah :

- a. Menikmati hidup dan bergembira.
- b. Mengetahui dan mampu menilai diri sendiri
- c. Mempunyai sikap yang positif
- d. Siap menghadapi tantangan.

Selanjutnya menurut Hakim (2002 : 6), ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri itu diantaranya adalah :

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.
- b. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- c. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
- d. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- e. Memiliki kemampuan bersosialisasi

3. Ciri-ciri atau tanda-tanda orang tidak percaya diri

Adapun diantara ciri-ciri orang yang tidak percaya diri menurut Hakim (2002 : 8), adalah :

- a. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan
- b. Memiliki kelemahan dari segi mental, fisik, sosial atau ekonomi
- c. Sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah
- d. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya.

Gejala rasa tidak percaya diri dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu didalam berbagai aspek kepribadian seseorang. Kelemahan-kelemahan pribadi memiliki aspek yang sangat luas dan berkaitan dengan kehidupan yang dialami oleh orang tersebut. Menurut Hakim (2002 : 13), berbagai kelemahan pribadi yang bisa menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya adalah :

a. Cacat atau kelainan fisik

Cacat atau kelainan fisik tertentu, seperti cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain. Dengan sendirinya, seseorang akan merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan oleh orang lain. Jika seseorang tidak bisa bereaksi secara positif timbullah rasa rendah diri (minder) yang akan berkembang menjadi rasa tidak percaya diri.

b. Ekonomi lemah

Gejala tidak percaya diri ini biasanya dialami oleh seseorang yang berasal dari keluarga ekonomi lemah, biasanya ini menyangkut pergaulan. Dalam hal ini, seseorang bisa mengalami rasa kurang percaya diri, dan bertanya pada dirinya sendiri apakah dirinya bisa diterima dalam pergaulan dengan kelompok yang biasanya cenderung bersikap eksklusif.

c. Status sosial

Rasa tidak percaya diri karena status sosial biasanya terjadi di dalam lingkungan masyarakat tertentu yang baik secara nyata taupun tidak, terbagi dalam tingkatan-tingkatan tertentu, seperti jabatan, pangkat, golongan, atau keningratan.

d. Mudah menyerah

Semua orang akan dihadapkan pada berbagai masalah dengan tingkat kesulitan tertentu. Namun, bagaimanapun sulitnya suatu masalah yang dialami seseorang, Tuhan telah menyatakan bahwa Dia tidak akan menguji hamba-Nya diluar batas kemampuan orang tersebut.

4. Proses pembentukan rasa tidak percaya diri

Menurut Hakim (2002 : 9), Rasa tidak percaya diri bisa terjadi melalui proses yang panjang. Awal dari proses tersebut terjadi sebagai berikut :

- 2) Terbentuknya berbagai kekurangan atau kelemahan dalam berbagai aspek kepribadian seseorang yang dimulai dari kehidupan keluarga dan meliputi berbagai aspek seperti, aspek mental , fisik, sosial, atau ekonomi.
- 3) Pemahaman negatif seseorang terhadap dirinya sendiri yang cenderung selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakini bahwa ia juga memiliki kelebihan.
- 4) Kehidupan sosial yang dijalani dengan sikap negatif, seperti : merasa rendah diri, suka menyendiri, lari dari tanggung jawab, yang justru semakin memperkuat rasa tidak percaya diri.

5. Sifat-sifat orang yang memiliki kepercayaan diri

Menurut Agung (2004 : 33), bahwa sifat-sifat orang yang memiliki kepercayaan diri itu diantaranya adalah :

- 1) Percaya pada kemampuan dirinya sendiri

Yakin dengan kemampuan yang ada pada diri sendiri, itu pertanda bagus. Karena, yakin dengan kemampuan yang dimiliki adalah salah satu sifat orang yang percaya diri.

2) Tidak komformis

Adalah orang yang tidak mempunyai pendirian dan cenderung mencari pengakuan serta penerimaan dari kelompoknya. Ia tidak kuasa mengemukakan pendapatnya sendiri hanya gara-gara takut akan ditinggalkan serta dikucilkan oleh teman-temannya satu kelompok.

3) Bisa mengendalikan diri

Pengendalian diri bisa dihubungkan dengan emosi. Emosi adalah segala macam perasaan yang ada dalam diri seseorang. Untuk mengendalikan emosi, diperlukan suatu kontrol yang kuat dalam diri seseorang.

4) Positif thinking

Positif thinking pada diri akan tercapai apabila seseorang itu telah mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri mereka sendiri. Sering kali seseorang merasa tidak bisa menerima keadaan fisik dengan adanya, sehingga merasa penampilanya masih kurang dan orang lain memiliki penampilan yang lebih oke.

5) Realistis

Adalah sikap menerima diri apa adanya, realistis merupakan sikap yang dinilai penting dan harus dimiliki orang yang percaya diri.

Para pakar psikolog sepakat bahwa ada prinsip yang harus dipegang untuk memperoleh rasa percaya diri yaitu (Luxori, 2001 :21) :

1. Menumbuhkan sifat-sifat positif dalam jiwa
2. Harus berjalan seimbang. Target yang dicita-citakan harus mengacu pada kemampuan dan keahlian yang anda miliki
3. Harus tahu bagaimana seharusnya bergaul dengan lingkungan sekitar anda.
4. Menjaga penampilan dengan baik
5. Memilih teman-teman yang percaya pada anda.

F. Kerangka Pemikiran

Teori utama yang digunakan dalam mengkaji dan membahas persoalan dalam penelitian ini adalah teori sikap menurut Baron dkk (dalam Walgito, 2003 :111) dan teori kepercayaan diri dari Hakim (2002: 6).

Dalam pergaulan khususnya remaja, kondisi fisik merupakan modal yang paling penting karena merupakan bagian yang tampak dari kepribadian individu dan dapat menciptakan kesan awal bagi orang lain. Banyak remaja yang tidak puas dengan struktur fisiknya, sehingga merasa kurang percaya diri dan kerap menyalahkan bagian tubuh mereka sebagai penyebab kesulitan mereka dalam pergaulan.

Percaya diri secara sederhana didefinisikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim 2002: 6).

Adapun ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri menurut Hakim (2002: 5) adalah:

- 1) Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.

- 2) Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- 3) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi
- 4) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya
- 5) Memiliki kemampuan bersosialisasi
- 6) Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah.

Modal utama yang harus dimiliki oleh setiap orang yang ingin meningkatkan kepercayaan dirinya adalah berpikir dan bersikap positif dalam menilai diri sendiri, lingkungan dan dalam menjalankan kehidupannya (Hakim, 2002: 170).

Baron dkk (dalam Walgito, 2003: 110), menggambarkan sikap sebagai seikat perasaan yang kekal, kepercayaan, dan perilaku yang diarahkan ke arah spesifik, gagasan, objek atau kelompok. Suatu kecenderungan ke arah objek tersebut meliputi kepercayaan seseorang, perasaan, dan kecenderungan perilaku mengenai objek itu. Menurut Baron sikap itu mengandung tiga komponen yang membentuk struktur sikap yaitu :

- a. Komponen Kognitif (komponen perceptual) yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan. Yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsikan terhadap objek tersebut.
- b. Komponen Afektif (komponen emosional), yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan arah sikap, yaitu positif dan negatif.
- c. Komponen Konatif (komponen perilaku atau *action componen*), yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek

sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap yaitu besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap.

Komponen sikap kognitif adalah bagaimana seseorang dapat mempersepsikan objek tertentu dan dapat membuat suatu pandangan atau mendapatkan suatu pengetahuan mengenai sesuatu yang telah dipersepsikan dalam suatu objek tertentu. Menurut (Walgito, 2003 : 115), sikap itu dibentuk dan dipelajari dalam hubungannya dengan objek-objek tertentu, objek yang dipersepsikan akan berpengaruh pada diri individu baik secara positif maupun perubahan secara negatif. Perubahan yang terjadi ini akan berpengaruh pada sikap seseorang dalam memandang dirinya, misalnya remaja sering mempersepsikan suatu objek yang dapat mengubah dan membentuk kondisi fisik mereka agar lebih baik dari sebelumnya misalnya: perubahan tinggi tubuh, bentuk tubuh, proporsi tubuh, bentuk wajah dan sebagainya, apabila remaja dapat merubah kondisi fisiknya kearah yang baik sesuai dengan pengetahuan yang mereka dapat dari mempersepsikan suatu objek maka remaja tersebut mengalami perubahan yang positif bagi kondisi fisik mereka dan dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja, sebaliknya apabila remaja hanya mempersepsikan dan tidak dapat merubah kondisi fisiknya sesuai dengan hal yang dipersepsikannya maka perubahan yang terjadi adalah perubahan kearah yang negatif dengan kata lain remaja tidak dapat membentuk kondisi fisiknya sesuai dengan keinginan. Dapat disimpulkan suatu objek yang dipersepsikan remaja akan tergantung bagaimana cara pandang dan sikap mereka serta bagaimana pula mereka melihat tanggapan orang lain terhadap

kondisi fisik mereka, kondisi ini pula akan membawa remaja kearah senang dan tidak senang terhadap objek sikap (afektif)

Komponen afektif adalah bagaimana seseorang yang dapat mengungkapkan emosionalnya dalam bentuk rasa senang dan rasa tidak senang terhadap objek sikap, rasa senang akan muncul apabila seseorang dapat menyesuaikan dirinya sesuai dengan objek yang mereka lihat atau dapat menyenangkan dan melakukan tindakan sesuai dengan objek tertentu, misalnya remaja akan dapat mengubah kondisi fisiknya apabila telah dapat menyenangkan kondisi fisiknya dan menjaga kondisi fisiknya agar tetap tampak lebih baik serta telah dapat melakukan tindakan sesuai dengan objek sikap agar penampilan dan kondisi fisik mereka sesuai dengan objek sikap yang mereka lihat perubahan ini adalah perubahan kearah positif. Menurut Mappiare (1982: 84) keadaan jasmani yang berimbang dalam masa remaja ini mempunyai pengaruh positif terhadap penilaiannya terhadap diri sendiri. Mereka yang pada umumnya puas dengan keadaan dirinya, akan mengarahkan mereka untuk lebih percaya pada diri sendiri dan berbahagia. Perubahan kearah negatif apabila remaja tidak dapat mengubah kondisi fisiknya atau mendekati objek sikap yang mereka lihat sehingga remaja cenderung menjauhi, menghindari dan tidak menyukai terhadap objek tertentu, remaja akan tampil dengan kondisi fisik apa adanya, artinya remaja tidak dapat menuangkan perasaannya baik perasaan senang dan tidak senang terhadap kondisi fisik seperti tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuhnya.. Hal ini sesuai dengan pendapat (Sarwono, 1989: 94), sikap dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif, dalam sikap positif kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan, dan mengharapkan objek tertentu. Sedangkan sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci dan tidak menyukai objek tertentu.

Dapat disimpulkan tindakan yang dilakukan baik bersifat positif dan negatif merupakan kecendrungan dalam bertindak terhadap objek sikap (konatif)

Komponen konatif merupakan tindakan yang dilakukan seseorang yang ditunjukkan dengan tingkah laku terhadap suatu objek sikap, remaja akan bertindak atau berperilaku terhadap suatu objek sikap apabila kondisi fisiknya kurang sesuai dengan objek sikap yang mereka lihat dan mereka akan cenderung mengubah serta menyesuaikan dengan objek sikap yang mereka terima tersebut. Perubahan yang dilakukan oleh remaja yaitu dengan berperilaku sepenuhnya sesuai dengan objek sikap maka dapat dikatakan remaja bertindak dengan intensitas yang besar terhadap kondisi fisiknya, artinya remaja dapat bertindak untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya baik dari tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh, sebaliknya apabila remaja melakukan tindakan atau berperilaku hanya sekedarnya saja dalam perubahan kondisi fisik mereka maka tindakan atau perilaku terhadap objek sikap remaja tergolong tindakan dengan intensitas yang kecil untuk mengubah kondisi fisiknya. Menurut Chave dkk (dalam Azwar, 2000: 4), sikap merupakan semacam kesiapan untuk beraksi terhadap suatu obyek dengan cara-cara tertentu, kesiapan dimaksud merupakan kecenderungan potensial untuk beraksi secara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon.

Mengacu pada konsep sikap di atas dan dikaitkan dengan kepercayaan diri, maka bila remaja memiliki sikap positif terhadap kondisi fisik yaitu memandang dan memahami serta dapat menjaga bentuk tubuh seperti yang diharapkan oleh remaja melalui objek-objek yang ada disekitar mereka (komponen kognitif), maka akan timbul perasaan senang terhadap kondisi fisiknya (respon afektif). Sehingga

mereka akan dapat menerima kondisi fisik tersebut dengan baik dan dapat menunjukkan intensitas sikap yang mengarah ke perilaku terhadap suatu objek sikap yang sesuai dengan remaja tersebut (respon konatif) dan dengan sendirinya mereka memahami dan mengetahui mengenai sikap yang pantas dan tidak pantas untuk dilakukan terhadap kondisi fisiknya sehingga terbentuklah kepercayaan diri terhadap kondisi fisik, mudah bergaul dan mempunyai harga diri.

Namun sebaliknya bila siswa memiliki sikap negatif terhadap kondisi fisiknya yaitu memandang (respon kognitif) kondisi fisik yang ada pada dirinya sebagai suatu yang dapat memberatkan mereka dalam bergaul maka akan timbul perasaan tidak senang (respon afektif) terhadap kondisi fisik dan tentu saja akan menyebabkan mereka tidak menerima kondisi fisik tersebut dengan baik (respon konatif) dan dengan sendirinya mereka kurang memahami dan kurang mengetahui sikap yang pantas dan tidak pantas untuk dilakukan sehingga mereka kurang memiliki kepercayaan diri terhadap kondisi fisiknya, sulit bergaul dan kurang mempunyai harga diri.

Menyimak komponen sikap terhadap kondisi fisik di atas, kemudian dikaitkan dengan kepercayaan diri remaja, maka akan ada sikap terhadap kondisi fisik yang akan membentuk kepercayaan diri remaja yang positif, dan akan ada sikap terhadap kondisi fisik yang akan membentuk kepercayaan diri remaja yang negatif. Hal ini dikarenakan sikap terhadap kondisi fisik mempengaruhi kepercayaan diri remaja dalam kehidupannya sehari-hari.

Remaja yang memiliki pengetahuan dan pandangan terhadap objek sikap yang baik, cenderung akan dapat membentuk kepercayaan diri remaja akan lebih

tinggi karena remaja memiliki pengetahuan untuk mengubah kondisi fisik mereka, sedangkan remaja yang dapat mempersepsikan suatu objek sikap tapi kurang mendapatkan pengetahuan atau kurang dapat memahami suatu objek sikap maka remaja tersebut akan kurang memiliki kepercayaan diri dengan kata lain remaja tersebut memiliki kepercayaan diri sesuai dengan kondisi fisik yang mereka punya tanpa merespon objek sikap yang menggambarkan kondisi fisik yang lain.

Kemudian remaja yang merasa senang dengan perubahan yang mereka lakukan terhadap kondisi fisik mereka maka remaja tersebut termasuk melakukan hal yang positif untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka, remaja yang merasa bahwa kondisi fisik yang mereka punya adalah kondisi yang sempurna dan tidak perlu dilakukan perubahan maka remaja tersebut juga memiliki kepercayaan diri yang positif. Sedangkan remaja merasa tidak senang terhadap kondisi fisiknya dan tidak mampu merubah kearah yang lebih baik akan menyebabkan kepercayaan dirinya menjadi rendah atau menunjukkan arah yang negatif.

Sedangkan remaja yang mampu kecenderungan bertindak dan berperilaku untuk menyesuaikan kondisi fisiknya dengan objek sikap yang mereka lihat maka remaja tersebut telah dapat menunjukkan intensitas sikap yang besar bagi perubahan kondisi fisiknya dan dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja tersebut. Remaja yang hanya melakukan tindakan atau perilaku sekedarnya saja dalam menunjukkan intensitas untuk menyesuaikan kondisi fisiknya dengan objek sikap yang mereka lihat maka remaja tersebut juga dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka tapi tidak sama dengan remaja yang melakukan tindakan atau berperilaku dengan intensitas sikap yang besar.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sikap remaja yang positif terhadap kondisi fisiknya akan cenderung menyenangkan dan membanggakan kondisi fisiknya. Sebaliknya remaja yang bersikap negatif terhadap kondisi fisiknya akan merasa malu dan tidak menyukai kondisi fisiknya.

Ketidakpuasan terhadap kondisi fisik yang berupa tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh yang tidak sesuai dengan yang mereka harapkan, akan dapat menimbulkan kepercayaan diri yang kurang baik, seperti kurang bisa menyesuaikan diri, kurang bisa berkomunikasi dengan baik dan sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah. Sebaliknya, mereka yang merasa puas dengan kondisi fisik, maka akan lebih cenderung memiliki kepercayaan diri yang baik. mampu menyesuaikan diri, mampu berkomunikasi dengan baik dan selalu bereaksi positif dalam menghadapi masalah.

Dengan demikian semakin positif sikap siswa terhadap kondisi fisiknya, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri yang dimilikinya, Sebaliknya semakin negatif sikap siswa terhadap kondisi fisiknya, maka akan semakin rendah kepercayaan diri yang dimilikinya.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Centi (1993: 36) bahwa salah satu faktor yang menyebabkan individu memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan keadaan dan penampilan fisiknya. Karena penampilan fisik merupakan salah satu segi dari gambaran diri.

Berdasarkan pemahaman konseptual yang telah diuraikan di atas, maka dapat digambarkan kerangka berpikir sebagai berikut:



G. Asumsi

Dengan memperhatikan keterangan-keterangan yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti mencoba merumuskan asumsi sebagai berikut:

- a. Sikap merupakan penilaian positif atau negatif individu terhadap sesuatu objek tertentu.
- b. Sikap terhadap kondisi fisik adalah penilaian positif dan negatif remaja terhadap kondisi fisik berupa komponen-komponen kognitif, afektif, konatif yang saling berinteraksi dalam memahami, merasakan dan berperilaku terhadap kondisi fisik seperti tinggi tubuh, berat tubuh, proporsi tubuh
- c. Remaja yang memiliki penilaian positif terhadap kondisi fisik memiliki kecendrungan tindakan untuk menyenangi kondisi fisiknya.
- d. Remaja yang memiliki penilaian negatif terhadap kondisi fisik memiliki kecendrungan untuk membenci atau tidak menyukai kondisi fisiknya.
- e. Kepercayaan diri merupakan kemampuan yang dimiliki remaja dalam menilai diri dan menerima dirinya sendiri.
- f. Keadaan atau kondisi fisik dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja karena remaja menganggap bahwa kondisi fisik merupakan modal yang penting yang merupakan bagian yang tampak dari kepribadian individu dan dapat menciptakan kesan awal bagi orang lain.
- g. Semakin positif sikap remaja terhadap kondiri fisiknya, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri yang dimilikinya, sebaliknya semakin

negatif sikap remaja terhadap kondisi fisiknya, maka akan semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki.

H. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja artinya semakin positif sikap remaja terhadap kondisi fisiknya maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimilikinya, dan sebaliknya semakin negatif sikap remaja terhadap kondisi fisiknya maka semakin rendah kepercayaan diri yang dimilikinya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu bentuk penelitian deskriptif dengan menggunakan teknik korelasional. Penelitian dengan teknik korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Dengan teknik korelasi seorang peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variasi yang lainnya, besar atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi (Arikunto, 1995: 326).

B. Variabel Penelitian dan Operasional Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel Independen (X) : Sikap terhadap kondisi fisik

Variabel Dependen (Y) : Kepercayaan diri remaja

2. Definisi Operasional

a. Sikap Terhadap Kondisi Fisik

Sikap terhadap kondisi fisik adalah hubungan komponen-komponen kognitif, afektif, konatif yang saling berinteraksi dalam memahami, merasakan dan berperilaku terhadap kondisi fisik seperti tinggi tubuh, berat tubuh, proporsi

tubuh yang akan menimbulkan sikap positif dan negatif terhadap kondisi fisik tersebut.

Aspek yang diukur adalah:

- a. Komponen kognitif, yaitu pengetahuan atau pandangan remaja mengenai kondisi fisiknya saat ini.

Indikatornya:

- 1) Pandangan remaja mengenai tinggi tubuh
 - 2) Pandangan remaja mengenai berat tubuh
 - 3) Pandangan remaja mengenai proporsi tubuh
- b. Komponen afektif, yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang, rasa puas atau tidak puas terhadap kondisi fisik. Rasa senang merupakan hal yang positif sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif.

Indikatornya:

- 1) Perasaan remaja mengenai tinggi tubuh
 - 2) Perasaan remaja mengenai berat tubuh
 - 3) Perasaan remaja mengenai proporsi tubuh
- c. Komponen konatif, yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap kondisi fisik. Komponen ini

manunjukkan intensitas sikap, yaitu besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap.

Indikatornya:

- 1) Tindakan remaja terhadap tinggi tubuh
- 2) Tindakan remaja terhadap berat tubuh
- 3) Tindakan remaja terhadap proporsi tubuh

b. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki remaja dalam menilai diri dan menerima dirinya sendiri. Kemampuan ini ditandai dengan indikator sebagai berikut:

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.
- b. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi.
- c. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.
- d. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilanya.
- e. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- f. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi sebagai masalah.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2000:55), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi karakteristik populasi peneliti adalah:

- a. Berusia antara 16 sampai 18 tahun
- b. Siswa kelas XI SMA N 2 Pekanbaru

Berdasarkan karakteristik tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru yang berjumlah 301 orang siswa. Rincian jumlah siswa yang dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1

Rekapitulasi jumlah siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	XI1	41
2	XI2	41
3	XI3	44
4	XI4	43
5	XI5	45
6	XI6	43
7	XI7	44
	Jumlah	301

2. Sampel Penelitian

Berdasarkan jumlah populasi yang ada, selanjutnya peneliti mengambil sampel berdasarkan pendapat Arikunto (2002: 125) bahwa apabila subjek kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitian ini menjadi penelitian populasi. Tetapi jika populasi lebih dari 100 orang maka penelitian ini dapat diambil 10% - 25% atau lebih dari jumlah populasi.

Dikarenakan jumlah populasi pada penelitian ini jumlahnya cukup besar maka peneliti mengambil sampel sebanyak 25% yaitu 75 orang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang di gunakan dalam penelitian ini adalah teknik Sampel wilayah atau *Propostional Random Sampling*, adalah teknik sampling yang dilakukan dengan mengambil wakil dari setiap wilayah yang terdapat dalam populasi. (Azwar, 2003: 84).

Tabel 2.

Jumlah sampel penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	XI1	10
2	XI2	10
3	XI3	11
4	XI4	11
5	XI5	11
6	XI6	11
7	XI7	11
	Jumlah	75

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Alat Ukur

a. Alat Ukur Untuk Variabel Sikap Terhadap Kondisi Fisik

Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan menggunakan skala. Skala sikap terhadap kondisi fisik disusun berdasarkan teori Baron dkk (dalam Walgito, 2003: 111). Skala ini disusun dengan model Skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data (Hadi, 1991: 20).

Untuk penelitian ini, nilai diberikan berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat), dengan ketentuan sebagai berikut:

Untuk pernyataan favorabel

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)

Untuk pernyataan unfavorabel

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban S (setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban SS (sangat setuju)

Tabel 3
Blue Print Skala Sikap Terhadap Kondisi Fisik Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Aitem		
			Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	Kognitif	Pandangan remaja mengenai tinggi tubuh	5,12	11,24	4
		Pandangan remaja mengenai berat tubuh	4,18,	13,25	4
		Pandangan remaja mengenai proporsi tubuh	31,35	28,36	4
2	Afektif	Perasaan remaja mengenai tinggi tubuh	2,6	3,7	4
		Perasaan remaja mengenai berat tubuh	10,14	9,19	4
		Perasaan remaja mengenai proporsi tubuh	20,22	23,32	4
3	Konatif	Tindakan remaja mengenai tinggi tubuh	8,26	15,17	4
		Tindakan remaja mengenai berat tubuh	1,33	21,30	4
		Tindakan remaja mengenai proporsi tubuh	16,29	27,34	4
Jumlah			18	18	36

b. Ukur Untuk Kepercayaan Diri

Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan menggunakan skala. Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan teori (Hakim, 2002: 111). Skala ini disusun dengan model Skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data (Hadi, 1991: 20).

Untuk penelitian ini, nilai diberikan berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat), dengan ketentuan sebagai berikut:

Untuk pernyataan favorabel

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)

Untuk pernyataan unfavorabel

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban S (setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban SS (sangat setuju)

Tabel 4
Blue Print Skala Kepercayaan Diri Remaja Sebelum Uji Coba

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Tenang	1,8,27	7,22,31	6
2.	Mental dan fisik menunjang penampilan	14,23,32	4,10,18	6
3.	Menyesuaikan diri	3,17,29	15,24,33	6
4.	Mampu menetralsir Ketegangan	6,16,21	2,9,28	6
5.	Mampu bersosialisasi	11,25,34	13,20,30	6
6.	Selalu bereaksi positif	5,19,35	12,26,36	6
Jumlah		18	18	36

E. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka alat ukur yang akan digunakan harus diuji cobakan terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan. Uji coba alat ukur dilakukan pada SMA Negeri 7 Pekanbaru yang berjumlah 65 siswa, pada tanggal 06 Februari 2010.

F. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang harus diukur) dan kecermatan suatu instrumen pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan

gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain (Azwar, 2004: 173). Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas konstruk (*Construct Validity*). Validitas konstruk menunjuk kepada seberapa jauh suatu tes mengukur sifat atau bangunan-pengertian (*construct*) tertentu. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur skala dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment*, dengan formula sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi product moment antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri
 N : Jumlah subjek uji coba
 X : Skor butir tiap subjek
 Y : Skor total tiap subjek
 $\sum XY$: Jumlah perkalian skor aitem
 $\sum X$: Jumlah skor butir
 $\sum Y$: Jumlah skor total

Dari hasil perhitungan komputerisasi, variable sikap terhadap kondisi fisik (x) diperoleh korelasi aitem total (r_{xy}) yang berkisar antara 0,345-0,699, dari 36 aitem yang diuji cobakan, terdapat 27 aitem yang memiliki koefisien aitem total di atas 0,30 dengan kata lain terdapat 27 aitem yang sah dan 9 aitem yang gugur. Rincian mengenai aitem yang sah dan aitem yang gugur untuk skala sikap terhadap kondisi fisik setelah dilakukan uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5
Blue Print Skala Sikap Terhadap Kondisi Fisik (X) Yang Sahih Dan Setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Aitem				Jlh
			Favorabel		Unfavorabel		
			Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1	Kognitif	Pandangan remaja mengenai tinggi tubuh	12	5	11,24	-	3
		Pandangan remaja mengenai berat tubuh	18	4	13,25		3
		Pandangan remaja mengenai proporsi tubuh	31	35	-	28,36	1
2	Afektif	Perasaan remaja mengenai tinggi tubuh	2,6	-	3,7	-	4
		Perasaan remaja mengenai berat tubuh	14	10	9,19	-	3
		Perasaan remaja mengenai proporsi tubuh	20,22	-	32	23	3
3	Konatif	Tindakan remaja mengenai tinggi tubuh	8	26	17	15	2
		Tindakan remaja mengenai berat tubuh	1,33	-	21,30	-	4
		Tindakan remaja mengenai proporsi tubuh	16,29	-	27,34	-	4
Jumlah			13	5	14	4	27

Setelah diuraikan rincian dan butir-butir aitem yang sahih dan aitem yang gugur, selanjutnya disusun blueprint yang terbaru untuk penelitian yang

sebenarnya. Adapun bentuk blueprint terbaru dari skala sikap terhadap kondisi fisik, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6
Blue Print Skala Sikap Terhadap Kondisi Fisik (X) Untuk Riset

No	Aspek	Indikator	Aitem		
			Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	Kognitif	Pandangan remaja mengenai tinggi tubuh	9	8,19	3
		Pandangan remaja mengenai berat tubuh	14	10,20	3
		Pandangan remaja mengenai proporsi tubuh	24	-	1
2	Afektif	Perasaan remaja mengenai tinggi tubuh	2,4	3,5	4
		Perasaan remaja mengenai berat tubuh	11	7,15	3
		Perasaan remaja mengenai proporsi tubuh	16,18	25	3
3	Konatif	Tindakan remaja mengenai tinggi tubuh	6	13	2
		Tindakan remaja mengenai berat tubuh	1,26	17,23	4
		Tindakan remaja mengenai proporsi tubuh	12,22	21,27	4
Jumlah			13	14	27

Untuk kepercayaan diri remaja (Y), diperoleh korelasi aitem total (r_{xy}) yang berkisar antara 0,323-0,669 dari 36 aitem yang diuji cobakan, terdapat 30 aitem yang memiliki korelasi aitem total diatas 0,30. Dengan kata lain terdapat 30 aitem yang sah dan terdapat 6 aitem yang gugur, untuk skala kepercayaan diri remaja setelah dilakukan uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 7

Blue Print Skala Kepercayaan Diri Remaja (Y) Yang Sah dan Setelah Uji Coba

No.	Indikator	Aitem				Jumlah
		Favorabel		Unfavorabel		
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1.	Tenang	1,8,27	-	7,22	31	5
2.	Mental dan fisik menunjang penampilan	14,23	32	10,18	4	4
3.	Menyesuaikan diri	3,17,29	-	15,24,33	-	6
4	Mampu menetralsir Ketegangan	6,21	16	2,9,28	-	5
5	Mampu bersosialisasi	11,25,34	-	13,20,30	-	6
6	Selalu bereaksi positif	19,35	5	12,36	26	4
JUMLAH		15	3	15	3	30

Setelah diuraikan rincian dan butir-butir aitem yang sah dan aitem yang gugur, selanjutnya disusun blueprint yang terbaru untuk penelitian yang

sebenarnya. Adapun bentuk blueprint terbaru dari skala skala kepercayaan diri remaja, dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 8
Blue Print Skala Kepercayaan Diri Remaja (Y) Untuk Riset

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Tenang	1,6,23	5,19	5
2.	Mental dan fisik menunjang penampilan	12,20	8,15	4
3.	Menyesuaikan diri	3,14,25	13,21,27	6
4.	Mampu menetralsir Ketegangan	4,18	2,7,24	5
5.	Mampu bersosialisasi	9,22,28	11,17,26	6
6.	Selalu bereaksi positif	16,29	10,30	4
Jumlah		15	15	30

G. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan. Hal ini ditunjukkan konsistensi skor yang diperoleh subjek yang diukur dengan alat yang sama (Azwar, 2004: 83). Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2004: 83). Untuk mengukur

konsistensi hasil ukur untuk variabel yang akan diteliti, maka digunakan uji statistik koefisien Realibilitas *Alpha*, dengan rumus:

$$\alpha = 2 \left[1 - \frac{S1^2 + S2^2}{Sx^2} \right]$$

Keterangan :

α = Koefisien reliabilitas alpha
 $S1^2$ dan $S2^2$ = Varians skor belahan 1 dan belahan 2
 Sx^2 = Varians skor tes

Dari perhitungan dengan menggunakan program SPSS 11.5 *for windows* diketahui reliabilitas skala sikap terhadap kondisi fisik (X) dari 27 aitem yang sah dan skala kepercayaan diri remaja (Y) dari 30 aitem yang sah dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel. 9
Rekapitulasi Hasil Uji Coba Instrumen

No.	Skala	Koefisien Reliabilitas
1.	Sikap Terhadap Kondisi Fisik	0.904
2.	Kepercayaan Diri Remaja	0.915

H. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian ini menggunakan teknik perhitungan Korelasi *Product Moment* yaitu untuk mencari hubungan antara kedua variabel.

Rumus statistiknya yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy}	=	Koefisien korelasi <i>product moment</i>
N	=	Jumlah subjek
X	=	Jumlah skor total variabel X
Y	=	Jumlah skor total variabel Y
XY	=	Jumlah perkalian skor skala
X^2	=	Jumlah kuadrat skor total variabel X
Y^2	=	Jumlah kuadrat skor total variabel Y

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Laporan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan skala kepada subjek. Subjek dalam penelitian ini adalah Siswa-siswi Kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru dan dilakukan pada tanggal 22 Desember 2009 – 06 Februari 2010. Dari 2 skala yang peneliti berikan kepada 75 responden yang menjadi subjek dalam penelitian ini kembali semua dengan utuh dan pernyataan dalam skala tersebut terjawab seluruhnya tanpa ada nomor yang terlewat oleh siswa.

Setelah data penelitian terkumpul dilakukan pengolahan dan penganalisisan data untuk menguji hipotesis dengan menggunakan teknik perhitungan *korelasi product moment* dari Pearson dan dibantu dengan menggunakan program komputer SPSS 11,5 *for Windows*.

B. Hasil Uji Asumsi

Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap data yang dimiliki. Pengujian ini digunakan untuk melihat apakah data yang dimiliki memenuhi yang disyaratkan, yaitu data harus normal dan linier. Oleh karena itu, dalam hal ini akan dibahas terlebih dahulu tentang uji asumsi kedua hal tersebut, yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

C. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Adapun cara yang digunakan untuk melihat sebaran data tersebut normal atau tidak normal pada penelitian adalah dengan melihat rasio antara kecondongan

kurva (*skewness*) dan kerampingan kurva (*kurtosis*) dengan alat bakunya masing-masing.

Rasio *skweness* adalah nilai *skewness* dibagi *standard error skewness*. Sebagai pedoman, jika *rasio skewness* berada antara -2 sampai $+2$, maka distribusi data adalah normal. *Rasio kurtosis* adalah nilai *kurtosis* dibagi *standard error kurtosis*, dan sebagai pedoman jika *rasio kurtosis* berada antara -2 sampai $+2$, maka distribusi data adalah normal (Santoso, 2008: 53). Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan terhadap dua variabel yaitu variabel sikap terhadap kondisi fisik (variabel X) dan variabel kepercayaan diri remaja (variabel Y).

Berdasarkan uji normalitas dengan program SPSS 11,5 for windows didapatkan rasio skewness untuk variabel sikap terhadap kondisi fisik sebesar $-0,238/0,277 = -0,859$ dan rasio kurtosis sebesar $0,734/0,548 = 1,339$, sedangkan untuk variabel kepercayaan diri remaja diperoleh rasio skewness $-0,217/0,277 = -0,783$ dan rasio kurtosis sebesar $0,688/0,548 = 1,255$. Rasio skewness dan kurtosis kedua variabel dalam penelitian ini berada dalam rentang antara -2 sampai $+2$, maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian normal. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram dan grafik pada *lampiran C*.

D. Hasil Uji Linieritas

Uji linieritas hubungan dilakukan untuk melihat arah, bentuk dan kekuatan hubungan di antara dua variabel, jika nilai dari variabel berubah atau bergerak ke arah yang sama, maka hubungan itu adalah positif. Sementara itu, dikatakan negatif jika nilai-nilai variabel itu bergerak ke arah berlawanan.

Berdasarkan uji linieritas pada variabel sikap terhadap kondisi fisik dan kepercayaan diri remaja dengan regresi linier pada SPSS 11,5 for Windows, diketahui F sebesar 289,84 dengan taraf signifikan 0,000. Untuk mengetahui data linier atau tidak dapat dilihat dari besarnya signifikansi. Menurut Hadi (2002: 103) data dikatakan linier apabila besarnya harga signifikansi dari variabel kecil dari atau sama dengan 0.05, karena 0,000 sebagai taraf signifikansi dari uji linier tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan data variabel dalam penelitian ini adalah linier.

E. Hasil Analisa Data

Tujuan dari dilakukannya analisa data adalah untuk menguji hasil hipotesis dalam penelitian ini, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi antara hubungan sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja, yang dianalisa dengan menggunakan teknik perhitungan *korelasi product moment* dari Pearson dan dibantu dengan menggunakan program komputer SPSS 11,5 *for Windows*.

Hasil analisis dari teknik korelasi *product moment* diperoleh angka sebesar 0,762 dengan probabilitas 0,000. Adapun ketentuan diterima atau ditolaknya sebuah hipotesis apabila probabilitas di bawah atau sama dengan 0,01 ($p \leq 0,01$) maka hipotesis diterima (Sugiyono, 2003:171). Dalam hal ini probabilitas (p) yaitu 0.000 lebih kecil dari pada 0,01 ($0,000 \leq 0,01$). Angka koefisien korelasi ini termasuk dalam kategori tingkat hubungan kuat, jadi hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru

(terbukti) artinya bagaimana sikap terhadap kondisi fisik akan mempengaruhi kepercayaan diri remaja yang dimiliki siswa tersebut.

Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh angka sebesar 0,762 dengan taraf signifikan 0,000, hal ini menunjukkan ada hubungan positif antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja, yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi sikap terhadap kondisi fisik maka akan semakin tinggi kepercayaan diri remaja yang dimiliki siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah sikap terhadap kondisi fisik maka akan semakin rendah kepercayaan diri remaja yang dimiliki siswa tersebut. Artinya semakin siswa tersebut memiliki pengetahuan, pendapat, dapat menaruh minat untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik maka siswa tersebut akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi.

Sebaliknya, jika siswa kurang memiliki pengetahuan, pendapat, dan kurang dalam menaruh minat untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik maka siswa tersebut akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, sehingga siswa akan kurang memiliki penyesuaian diri, kurang mampu bersosialisasi, kurang mampu bereaksi positif, kurang tenang dan kurang mampu menetralkan ketegangan. Untuk dapat memberikan penafsiran terhadap koefisien korelasi yang kemukakan di atas, dapat dilihat pada tabel 10 berikut:

Tabel 10.
Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi
Terhadap Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat Lemah
0.20 – 0.399	Lemah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono, 2003: 216

Hasil analisis terhadap koefisien korelasi antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja diperoleh angka sebesar 0,762 dengan taraf signifikan 0,000. Berdasarkan pedoman untuk memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi pada tabel 10, maka koefisien korelasi berada pada angka 0.60 – 0.799, ini berarti tingkat hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja berada pada kategori kuat, dengan kata lain kepercayaan diri remaja itu dipengaruhi oleh sikap terhadap kondisi fisik. Angka 0,762 menunjukkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa arah hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja adalah positif, yang artinya semakin tinggi hubungan sikap terhadap kondisi fisik, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri yang dirasakan oleh siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah sikap terhadap kondisi fisik maka akan semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimiliki siswa tersebut.

F. Deskripsi Kategorisasi Data

Skor yang dihasilkan dalam suatu penelitian belum memberikan gambaran yang jelas mengenai subjek yang diteliti untuk memberi makna yang memiliki

nilai diagnostik. Sisi diagnostika suatu pengukuran atribut psikologi adalah pemberian makna atau interpretasi terhadap skor skala yang bersangkutan. Sebagai suatu hasil ukur berupa angka (kuantitatif), skor skala memerlukan suatu norma pembandingan agar dapat diinterpretasikan secara kualitatif. Interpretasi skala psikologi selalu bersifat normatif, artinya makna skor diacukan pada posisi relatif skor dalam suatu kelompok yang telah dibatasi terlebih dahulu (Azwar, 2000: 105).

Pada skala sikap terhadap kondisi fisik, subjek dapat dikelompokkan dalam 3 (tiga) kategori yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Gambaran hipotetis variabel sikap terhadap kondisi fisik dapat dilihat pada tabel 11 berikut:

Tabel 11.
Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel Sikap Terhadap Kondisi Fisik (X)

Hipotetik		Empirik		Hipotetik		Empirik	
Nilai minimum	Nilai Maksimum	Nilai minimum	Nilai Maksimum	Mean (μ)	Standar Deviasi (σ)	Mean (μ)	Standar Deviasi (σ)
27	108	29	96	68	12.1	67,9	12,13

Skor maksimal pada variabel sikap terhadap kondisi fisik adalah 96, skor minimalnya adalah 29. Rangnya $96-29= 67$, mean $(96+29)/2= 68$, dan standar deviasinya $(96-29)/6= 12.1$. Berdasarkan hasil perhitungan, pengkategorisasi mengikuti ketentuan sebagai berikut: $X < (\mu - 1,0\sigma)$ untuk kategori rendah, $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$ untuk kategori sedang, $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$ untuk kategori tinggi. (Azwar, 1999). Pengkategorian dapat dilihat pada tabel 12 berikut :

Tabel 12.
Kategorisasi Variabel Sikap Terhadap Kondisi Fisik (X)

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 56$	9	12 %
Sedang	$56 \leq X < 80$	54	72 %
Tinggi	$80 \leq X$	12	16 %
Jumlah		75 orang	100%

Tabel 12 di atas menunjukkan bahwa 9 siswa (12%) memiliki sikap yang rendah terhadap kondisi fisik, dengan kata lain 9 siswa kurang memiliki pengetahuan atau kurang memiliki pandangan terhadap kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh, siswa kurang memiliki perasaan senang atau tidak puas dengan kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh, siswa juga kurang menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh atau kondisi fisik yang dimiliki siswa kurang ideal. 54 siswa (72%) memiliki sikap yang sedang terhadap kondisi fisik, dengan kata lain 54 siswa memiliki pengetahuan atau memiliki pandangan terhadap kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi penerapan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya masih belum maksimal, siswa memiliki perasaan senang atau puas dengan kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi untuk menanggapi kondisi fisiknya masih belum maksimal dalam penerapan untuk menjaga kondisi fisiknya dengan baik, dan siswa belum maksimal untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik mengenai tinggi tubuh,

berat tubuh dan proporsi tubuh atau siswa miliki kondisi fisik sudah cukup ideal. 12 siswa (16%) memiliki sikap yang tinggi terhadap kondisi fisik, berarti 12 siswa memiliki pengetahuan atau pandangan, memiliki perasaan senang, dan melakukan tindakan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik, dengan kata lain 12 siswa telah menerapkan pengetahuan atau pandangan serta melakukan tindakan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik dan efektif atau kondisi fisik yang mereka miliki sudah ideal. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru secara umum, rata-rata sikap terhadap kondisi fisiknya tergolong sedang, dengan kata lain siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru, memiliki pengetahuan atau pandangan terhadap kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi penerapan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya masih belum maksimal, siswa memiliki perasaan senang atau puas dengan kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi untuk menanggapi kondisi fisiknya masih belum maksimal dalam penerapan dalam menjaga kondisi fisiknya dengan baik, dan siswa belum maksimal untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh atau siswa miliki kondisi fisik sudah cukup ideal.

Pada skala kepercayaan diri remaja, subjek dapat dikelompokkan dalam 3 (tiga) kategori, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Gambaran hipotetis variabel kepercayaan diri remaja dapat dilihat pada tabel 13 berikut:

Tabel 13.
Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel
Kepercayaan Diri Remaja (Y)

Hipotetik		Empirik		Hipotetik		Empirik	
Nilai minimum	Nilai Maksimum	Nilai minimum	Nilai Maksimum	Mean (μ)	Standar Deviasi (σ)	Mean (μ)	Standar Deviasi (σ)
30	120	64	101	87	7	87,3	6,92

Skor maksimal pada variabel kepercayaan diri remaja 101, skor minimal adalah 64. Rangnya $101 - 64 = 37$, mean $(101 + 64) / 2 = 87$, dan standar deviasinya $(101 - 64) / 6 = 7$. Berdasarkan hasil perhitungan, pengkategorisasi mengikuti ketentuan sebagai berikut: $X < (\mu - 1,0\sigma)$ untuk kategori rendah, $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$ untuk kategori sedang, $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$ untuk kategori tinggi. (Azwar, 1999). Pengkategorian dapat dilihat pada tabel 14 berikut:

Tabel 14.
Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri Remaja (Y)

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 77$	4	5.4 %
Sedang	$77 \leq X < 97$	64	85.3 %
Tinggi	$97 \leq X$	7	9.3 %
Jumlah		75 orang	100%

Tabel 14 di atas menunjukkan bahwa 4 siswa (5,4%) berada pada kategori rendah, ini artinya 4 orang siswa tidak yakin atau kurang memiliki sikap yang tenang, kurang memiliki penyesuaian diri yang baik, kurang mampu menetralkan ketegangan yang baik, kurang mampu bersosialisasi, dan kurang mampu bereaksi positif. 64 siswa (85,3%) berada pada kategori sedang, ini artinya 64 siswa telah

memiliki sikap yakin dan tenang tetapi belum sepenuhnya diterapkan dalam lingkungan sekolah maupun lingkungan luar sekolah, siswa telah memiliki penyesuaian diri yang tergolong baik tetapi siswa masih canggung untuk berhubungan dengan lebih baik lagi dengan orang lain, siswa belum sepenuhnya mampu menetralsir ketegangan dengan baik, siswa belum sepenuhnya mampu bersosialisasi, dan siswa belum sepenuhnya mampu bereaksi positif. 7 siswa (9,3%) berada pada kategori tinggi, ini artinya 7 siswa sudah yakin atau memiliki sikap yang tenang, memiliki penyesuaian diri yang baik, mampu menetralsir ketegangan yang baik, mampu bersosialisasi, dan mampu bereaksi positif. Hal ini mengindikasikan bahwa para siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru, secara umum memiliki kepercayaan diri yang sedang, dengan kata lain siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru telah memiliki sikap yakin dan tenang tetapi belum sepenuhnya diterapkan dalam lingkungan sekolah maupun lingkungan luar sekolah, siswa telah memiliki penyesuaian diri yang tergolong baik tetapi siswa masih canggung untuk berhubungan lebih baik lagi dengan orang lain, siswa belum sepenuhnya mampu menetralsir ketegangan dengan baik, siswa belum sepenuhnya mampu bersosialisasi, dan siswa belum sepenuhnya mampu bereaksi positif

G. Pembahasan

Hasil analisis data yang diperoleh dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari program *SPSS For Windows* menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja. Dengan demikian jika siswa memiliki sikap terhadap kondisi fisik yang

rendah, maka siswa tersebut akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Sebaliknya jika siswa memiliki sikap terhadap kondisi fisik yang tinggi, maka siswa tersebut akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi.

Berdasarkan kepada hasil uji hipotesis sebesar 0,762, maka bentuk hubungan antara variabel sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja adalah positif. Artinya semakin tinggi hubungan sikap terhadap kondisi fisik maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja yang dirasakan oleh para siswa tersebut, dan sebaliknya semakin rendah hubungan sikap terhadap kondisi fisik, maka akan semakin rendah tingkat kepercayaan diri remaja yang dirasakan oleh siswa tersebut.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Hakim (2002: 170), mengatakan salah satu modal utama yang harus dimiliki oleh setiap orang yang ingin meningkatkan kepercayaan dirinya adalah berfikir dan bersikap positif dalam menilai diri sendiri, lingkungan dan dalam menjalankan kehidupannya, hal ini senada dengan diungkapkan oleh Mappiare (1982: 84), yang menyatakan keadaan jasmani yang berimbang dalam masa remaja ini mempunyai pengaruh positif terhadap penilaiannya terhadap diri sendiri, mereka yang pada umumnya puas dengan keadaan dirinya, akan mengarahkan mereka untuk lebih percaya diri sendiri dan berbahagia. Artinya semakin rendah orang memandang sikap terhadap kondisi fisiknya maka tingkat kepercayaan diri yang dirasakan oleh orang tersebut akan semakin rendah, dan sebaliknya bila semakin tinggi orang memandang sikap terhadap kondisi fisiknya maka tingkat kepercayaan diri yang dirasakan oleh orang tersebut akan semakin tinggi pula.

Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian yang telah peneliti lakukan diketahui bahwa hubungan sikap terhadap kondisi fisik tergolong sedang yaitu sebanyak 54 orang siswa (72%), dengan kata lain 54 atau merasa memiliki pengetahuan atau pandangan terhadap kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi penerapan untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya masih belum maksimal, siswa memiliki perasaan senang atau puas dengan kondisi fisik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh tetapi untuk menanggapi kondisi fisiknya masih belum maksimal dalam penerapan dalam menjaga kondisi fisiknya dengan baik, dan siswa belum maksimal untuk menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik mengenai tinggi tubuh, berat tubuh dan proporsi tubuh atau siswa miliki kondisi fisik sudah cukup ideal. Jadi dapat disimpulkan bahwa sikap terhadap kondisi fisik pada siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru tergolong sedang.

Hakim (2002: 13), berpendapat berbagai kelemahan pribadi yang dapat menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya adalah cacat atau kelainan fisik, ekonomi lemah, status sosial, dan mudah menyerah, gejala rasa tidak percaya diri ini dimulai dari adanya kelemahan-kelemahan tertentu dalam berbagai aspek keperibadian seseorang. Kelemahan-kelemahan pribadi memiliki aspek yang sangat luas dan berkaitan dengan kehidupan yang dialami oleh orang tersebut. Seorang siswa bisa saja memiliki kelemahan dalam kondisi fisiknya dan akan berpengaruh dalam kepercayaan dirinya, maka bila siswa memiliki sikap positif terhadap kondisi fisik yaitu memandang dan memahami serta dapat menjaga bentuk tubuh seperti yang diharapkan oleh remaja melalui objek-objek

yang ada disekitar mereka, maka akan timbul perasaan senang terhadap kondisi fisiknya, sehingga mereka akan dapat menerima kondisi fisik tersebut dengan baik dan dapat menunjukkan intensitas sikap yang mengarah ke perilaku terhadap suatu objek sikap yang sesuai dengan siswa tersebut dan dengan sendirinya mereka memahami dan mengetahui mengenai sikap yang pantas dan tidak pantas untuk dilakukan terhadap kondisi fisiknya sehingga terbentuklah kepercayaan diri terhadap kondisi fisik, mudah bergaul dan mempunyai harga diri.

Namun sebaliknya bila siswa memiliki sikap negatif terhadap kondisi fisiknya yaitu memandang (respon kognitif) kondisi fisik yang ada pada dirinya sebagai suatu yang dapat memberatkan mereka dalam bergaul maka akan timbul perasaan tidak senang (respon afektif) terhadap kondisi fisik dan tentu saja akan menyebabkan mereka tidak menerima kondisi fisik tersebut dengan baik (respon konatif) dan dengan sendirinya mereka kurang memahami dan kurang mengetahui sikap yang pantas dan tidak pantas untuk dilakukan sehingga mereka kurang memiliki kepercayaan diri terhadap kondisi fisiknya, sulit bergaul dan kurang mempunyai harga diri.

Kepercayaan terhadap suatu objek selanjutnya akan mempengaruhi komponen afeksi yang menyangkut masalah emosional subjektif seseorang terhadap objek sikap Walgito (2003: 111). Bila seseorang percaya bahwa kondisi fisiknya adalah suatu yang positif maka akan terbentuk perasaan suka terhadap kondisi fisik yang dimilikinya, sebaliknya bila seseorang percaya bahwa kondisi fisiknya adalah suatu yang negatif maka akan terbentuk perasaan tidak suka terhadap kondisi fisik yang dimilikinya.

Perasaan suka terhadap kondisi fisik kemudian akan diwujudkan dalam perilaku, dimana remaja akan cenderung untuk menjaga kondisi fisik yang dimilikinya. Tetapi bila perasaan tidak suka yang timbul terhadap kondisi fisiknya maka remaja cenderung membentuk kondisi fisiknya sesuai dengan yang dinginkannya (komponen konatif) yaitu merupakan kecenderungan berperilaku di dalam diri seseorang berkaitan dengan objek sikap yang dihadapinya. Jadi bila remaja memiliki nilai yang positif terhadap kondisi fisiknya maka remaja akan menyenangi dan menjaga kondisi fisiknya. Sebaliknya bila remaja yang bersangkutan memiliki nilai yang negatif terhadap kondisi fisiknya maka remaja tersebut tidak akan menyenangi dan berusaha membentuk kondisi fisik sesuai yang diinginkannya.

Menyimak komponen sikap terhadap kondisi fisik di atas, kemudian dikaitkan dengan kepercayaan diri remaja, maka akan ada sikap terhadap kondisi fisik yang akan membentuk kepercayaan diri remaja yang positif, dan akan ada sikap terhadap kondisi fisik yang akan membentuk kepercayaan diri remaja yang negatif. Hal ini dikarenakan sikap terhadap kondisi fisik mempengaruhi kepercayaan diri remaja dalam kehidupannya sehari-hari.

Kepercayaan diri pada siswa dapat dilihat berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru tergolong sedang yaitu sebanyak 64 siswa yang bila dipersenkan menjadi (85,3%), artinya siswa telah memiliki sikap yakin dan tenang tetapi belum sepenuhnya diterapkan dalam lingkungan sekolah maupun lingkungan luar

sekolah, siswa belum sepenuhnya memiliki penyesuaian diri yang tergolong baik, siswa belum sepenuhnya mampu menetralsir ketegangan dengan baik, siswa belum sepenuhnya mampu bersosialisasi, dan siswa belum sepenuhnya mampu bereaksi positif. Jadi dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pada siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru tergolong sedang. Termasuk kategori sedang kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa, dapat disebabkan oleh masih belum maksimalnya sikap terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Tinggi, sedang atau rendahnya hubungan sikap terhadap kondisi fisik yang dirasakan oleh siswa akan berpengaruh pada kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa. Semakin tinggi hubungan sikap terhadap kondisi fisik, maka akan berdampak semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dirasakan oleh siswa tersebut, sebaliknya semakin rendah hubungan sikap terhadap kondisi fisik, maka akan berdampak semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dirasakan oleh siswa tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru, bahwa kategori tingkat kepercayaan diri tergolong sedang hal ini dipengaruhi oleh belum maksimalnya sikap terhadap kondisi fisik yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Peningkatan kepercayaan diri untuk meningkatkan sikap siswa terhadap kondisi fisik akan dapat terbentuk dengan baik apabila siswa telah memiliki: sikap yang tenang dalam mengerjakan sesuatu, mampu menetralsir ketegangan yang muncul d dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya serta mampu bersosialisasi Hakim (2002: 6), oleh karena itu

siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 Pekanbaru diharapkan mampu memiliki ciri-ciri untuk meningkatkan kepercayaan diri di atas agar siswa mempunyai sikap terhadap kondisi fisik yang positif dalam menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dengan baik.

Berdasar analisis data memperlihatkan adanya sumbangan efektif variabel sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja sebesar 72,5% (r determinan = 0,725). Hal ini menunjukkan bahwa sikap terhadap kondisi fisik mempunyai pengaruh terhadap munculnya kepercayaan diri remaja dalam beradaptasi dilingkungan sekolah maupun dilingkungan di luar sekolah, Lebihnya sebesar 27.5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Bisa jadi karena faktor lain yang juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja menurut Hakim (2002: 13) berbagai kelemahan pribadi yang dapat menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya adalah cacat atau kelainan fisik, ekonomi lemah, status sosial, dan mudah menyerah, dimana faktor tersebut dapat memicu munculnya gejala ketidakpercayaan diri

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil suatu kesimpulan bahwa:

hubungan antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri remaja adalah positif atau terbukti, ini berarti semakin tinggi hubungan sikap terhadap kondisi fisik, maka akan semakin tinggi kepercayaan diri yang dirasakan oleh siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah sikap terhadap kondisi fisik maka akan semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimiliki siswa tersebut.

B. Saran

1. Kepada Para Siswa

Diharapkan kepada para siswa agar lebih bersikap lebih baik dan lebih positif terhadap kondisi fisiknya. Baik dalam menjaga dan membentuk kondisi fisiknya dan menyukai atau dapat berpandangan positif terhadap kondisi fisiknya.

2. Kepada orangtua Siswa

Diharap kepada orangtua siswa agar lebih memperhatikan anak-anaknya. Karena keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan sikap anak terhadap kondisi fisiknya baik dilingkungan rumah maupun dilingkungan sekolah. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan pandangan atau pengetahuan yang baik dan positif terhadap anak.

3. Kepada Guru Dan Kepala Sekolah

Kepada pihak sekolah disarankan untuk lebih serius dalam memberikan dorongan kepercayaan diri terhadap anak, dengan cara memberikan penyuluhan tentang pentingnya meningkatkan kepercayaan diri, karena dengan memiliki kepercayaan diri akan lebih menambah pengetahuannya yang akan mempengaruhi pada prestasi belajarnya.

4. Kepada peneliti selanjutnya

Penelitian ini tidaklah sempurna, terdapat berbagai kelemahan dan kekurangan. Oleh karena itu disarankan untuk peneliti yang akan datang agar dapat mencari faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja, baik sebagai variabel terikat maupun sebagai variabel bebas.

GUIDE OF INTERVIEW

1. Bagaimana sikap siswa terhadap kondisi fisik yang dimilikinya.
2. Apa pendapat siswa tentang kondisi fisik yang mereka miliki
3. Bagaimana pendapat siswa terhadap kondisi fisik siswa yang lain yang ada di lingkungan sekolah.
4. Bagaimana kondisi siswa dengan pembelajarannya.
5. Kepercayaan diri siswa di sekolah.

GUIDE OF OBSERVATION

1. Cara siswa berhubungan dengan siswa yang lain sesuai dengan kondisi fisik yang mereka miliki di sekolah.
2. Aktivitas siswa di lingkungan sekolah.
3. Hubungan interaksi siswa dengan lingkungan sekolah.

PENGANTAR

Para Siswa-siswi yang saya hormati, perkenankanlah saya untuk menyita waktu dan perhatian anda sejenak untuk mengisi skala ini. Dalam skala ini kepada anda akan disajikan sejumlah pernyataan-pernyataan, bacalah dan pahamiilah setiap pernyataan tersebut. Untuk itu, dengan segala hormat saya mohon bantuan anda untuk menjawab pernyataan-pernyataan ini. Tidak ada pendapat saudara yang salah, sepanjang pendapat yang diberikan menggambarkan kondisi, pikiran, dan perasaan anda yang sebenarnya. Semua keterangan yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya, ini semua dilakukan semata-mata hanya dipergunakan untuk data penelitian saja, tidak akan ada pengaruhnya dengan kehidupan anda selanjutnya. Pastikan tidak ada jawaban yang tertinggal.

Atas segala kesediaan, bantuan, dan waktu yang anda berikan, saya mengucapkan terima kasih.

PETUNJUK MENGERJAKAN

Berikut ini kepada anda akan disajikan sejumlah pernyataan, bacalah pernyataan tersebut, kemudian berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan kondisi anda. Pilihlah:

- SS** : Jika saudara **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut
S : Jika saudara **Setuju** dengan pernyataan tersebut
TS : Jika saudara **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut
STS : Jika saudara **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Dalam memberikan tugas, Guru tidak peduli dengan kesulitan yang dialami oleh siswa.		X		

“ Selamat Mengerjakan “

Peneliti

Rahma Nola

IDENTITAS SUBJEK

Nama / Inisial :
Jenis Kelamin :
Umur :

SKALA I

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya sering berolahraga untuk menjaga keseimbangan berat badan.				
2	Tinggi badan saya sudah proporsional				
3	Saya tidak menyukai tinggi tubuh yang saya miliki sekarang				
4	Saya rasa tinggi badan sekarang ini sudah ideal				
5	Penampilan fisik saat ini membuat saya merasa risih				
6	Saya selalu menjaga perkembangan tinggi tubuh saya agar selalu ideal dan sehat				
7	Saya merasa gelisah dengan berat badan saat ini				
8	Saya tidak mengetahui apa yang harus dilakukan agar tinggi tubuh saya tampak ideal				
9	Tinggi badan saya seimbang dengan berat badan saya				
10	Berat tubuh saya sekarang ini tidak sesuai dengan yang diinginkan				
11	Saya selalu nyaman dengan bobot badan saya				
12	Saya akan melakukan diet untuk menjaga berat badan yang ideal				
13	Saya kurang menjaga perkembangan tinggi tubuh				

	agar selalu ideal dan sehat				
14	Saya pikir penampilan saya sekarang sudah ideal dengan berat tubuh yang saya miliki				
15	Saya merasa kurang puas dengan berat badan saya yang sekarang				
16	Saya bahagia karena tidak ada yang kurang dalam penampilan saya				
17	Saya enggan berolahraga meskipun baik untuk menjaga kebugaran dan berat tubuh				
18	Saya puas dengan bentuk tubuh saya				
19	Saya tidak tahu apakah kondisi fisik saya mengenai tinggi tubuh sudah ideal atau tidak				
20	Menurut saya, kondisi fisik mengenai berat badan saya tidak sesuai dengan yang dimiliki teman-teman pada saat sekarang				
21	Saya merasa tidak perlu memakai apapun untuk menjaga dan membentuk kondisi fisik saya				
22	Saya akan mengurangi makanan berlemak untuk menjaga kondisi fisik saya.				
23	Saya tidak peduli dengan apapun yang saya makan walaupun itu berdampak negatif terhadap berat tubuh				
24	Kondisi fisik saya saat ini lebih baik dari teman-teman				
25	Penilaian yang negatif terhadap kondisi fisik membuat saya terganggu.				
26	Saya selalu menjaga kebugaran fisik dengan berolahraga				
27	Saya tidak mengonsumsi produk kesehatan				

	apapun untuk menjaga kondisi fisik				
--	------------------------------------	--	--	--	--

SKALA II

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya tetap rileks, walaupun sedang menghadapi masalah				
2	Ketika menghadapi masalah, saya sering terbawa emosi yang berlebihan sehingga menyebabkan kemarahan				
3	Saya mampu beradaptasi pada lingkungan yang baru				
4	Saya mampu menahan emosi negatif, ketika menghadapi suatu masalah				
5	Saya sering merasa gelisah ketika ada masalah				
6	Saya akan berusaha tenang dalam menghadapi masalah				
7	Ketika menghadapi suatu masalah saya selalu tergesa-gesa dalam mengambil suatu keputusan				
8	Saya tidak yakin dapat bergaul dengan baik mengingat kondisi fisik yang saya miliki sekarang				
9	Saya aktif mengikuti kegiatan-kegiatan yang dilakukan di sekolah				
10	Saya selalu putus asa apabila tidak dapat melakukan kegiatan yang dilakukan oleh teman-teman lain				
11	Saya kurang dapat menerima kehadiran orang lain yang belum saya kenal				
12	Saya dapat melakukan berbagai kegiatan bersama teman-teman				
13	Saya kurang mampu untuk memulai pembicaraan pada orang lain yang baru saya kenal				
14	Saya mampu berkomunikasi dengan baik dengan orang lain yang baru saya kenal				
15	Saya merasa malu dengan kondisi fisik saat ini				
16	Saya selalu berpikiran positif pada setiap permasalahan yang saya alami				
17	Saya adalah tipe orang yang suka pilih-pilih				

	teman				
18	Saya akan meminta bantuan pada orang lain ketika tidak mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi				
19	Saya selalu cemas ketika sedang menghadapi suatu masalah				
20	Saya merasa yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
21	Saya selalu canggung bila dihadapkan pada situasi baru				
22	Saya senang bergaul dengan siapa saja				
23	Saya selalu memikirkan jalan keluar yang terbaik apabila mendapat suatu masalah				
24	Masalah selalu membuat saya tidak dapat mengendalikan emosi.				
25	Saya merasa senang apabila dapat memberikan sebuah pendapat pada suatu pembicaraan dengan orang lain				
26	Saya selalu merasa malu untuk memulai perkenalan dengan orang lain				
27	Saya selalu merasa curiga pada setiap orang yang baru saya kenal				
28	Saya senang apabila saya dapat menyumbangkan pikiran dan tenaga untuk kepentingan orang banyak				
29	Ketika melihat kondisi fisik orang lain menarik saya selalu berusaha untuk lebih baik lagi dari orang tersebut				
30	Saya merasa minder dengan kondisi fisik saya apabila berada ditengah teman-teman.				

Terima Kasih

Tabel Frekuensi

Sikap Terhadap kondisi Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	29.00	1	1.3	1.3	1.3
	43.00	1	1.3	1.3	2.7
	45.00	1	1.3	1.3	4.0
	46.00	1	1.3	1.3	5.3
	49.00	1	1.3	1.3	6.7
	50.00	2	2.7	2.7	9.3
	55.00	2	2.7	2.7	12.0
	57.00	2	2.7	2.7	14.7
	58.00	4	5.3	5.3	20.0
	60.00	3	4.0	4.0	24.0
	61.00	1	1.3	1.3	25.3
	62.00	2	2.7	2.7	28.0
	63.00	3	4.0	4.0	32.0
	64.00	5	6.7	6.7	38.7
	65.00	5	6.7	6.7	45.3
	66.00	3	4.0	4.0	49.3
	67.00	3	4.0	4.0	53.3
	68.00	2	2.7	2.7	56.0
	69.00	2	2.7	2.7	58.7
	70.00	1	1.3	1.3	60.0
	71.00	3	4.0	4.0	64.0
	72.00	2	2.7	2.7	66.7
	74.00	3	4.0	4.0	70.7
	75.00	3	4.0	4.0	74.7
	76.00	1	1.3	1.3	76.0
	77.00	4	5.3	5.3	81.3
	78.00	1	1.3	1.3	82.7
	79.00	1	1.3	1.3	84.0
	81.00	1	1.3	1.3	85.3
	82.00	1	1.3	1.3	86.7
	83.00	2	2.7	2.7	89.3
	84.00	2	2.7	2.7	92.0
	86.00	2	2.7	2.7	94.7
	88.00	1	1.3	1.3	96.0
	89.00	1	1.3	1.3	97.3
	94.00	1	1.3	1.3	98.7
	96.00	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Kepercayaan Diri Remaja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	64.00	1	1.3	1.3	1.3
	74.00	1	1.3	1.3	2.7
	76.00	1	1.3	1.3	4.0
	77.00	1	1.3	1.3	5.3
	78.00	2	2.7	2.7	8.0
	79.00	2	2.7	2.7	10.7
	80.00	2	2.7	2.7	13.3
	81.00	3	4.0	4.0	17.3
	82.00	4	5.3	5.3	22.7
	83.00	6	8.0	8.0	30.7
	84.00	4	5.3	5.3	36.0
	85.00	4	5.3	5.3	41.3
	86.00	4	5.3	5.3	46.7
	87.00	5	6.7	6.7	53.3
	88.00	5	6.7	6.7	60.0
	89.00	2	2.7	2.7	62.7
	90.00	5	6.7	6.7	69.3
	91.00	3	4.0	4.0	73.3
	92.00	4	5.3	5.3	78.7
	93.00	2	2.7	2.7	81.3
	94.00	2	2.7	2.7	84.0
	95.00	3	4.0	4.0	88.0
	97.00	2	2.7	2.7	90.7
	98.00	1	1.3	1.3	92.0
	99.00	2	2.7	2.7	94.7
	100.00	3	4.0	4.0	98.7
	101.00	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Kategori Per- Aspek

Statistics

		Kognitif	Afektif	Konatif
N	Valid	75	75	75
	Missing	0	0	0
Mean		17.8267	25.3867	24.6667
Std. Deviation		3.43028	4.69587	4.85835
Variance		11.76685	22.05117	23.60360
Range		18.00	26.00	27.00
Minimum		9.00	10.00	10.00
Maximum		27.00	36.00	37.00

Kognitif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.00	1	1.3	1.3	1.3
	10.00	1	1.3	1.3	2.7
	11.00	1	1.3	1.3	4.0
	12.00	1	1.3	1.3	5.3
	13.00	2	2.7	2.7	8.0
	14.00	5	6.7	6.7	14.7
	15.00	5	6.7	6.7	21.3
	16.00	9	12.0	12.0	33.3
	17.00	13	17.3	17.3	50.7
	18.00	9	12.0	12.0	62.7
	19.00	8	10.7	10.7	73.3
	20.00	1	1.3	1.3	74.7
	21.00	6	8.0	8.0	82.7
	22.00	7	9.3	9.3	92.0
	23.00	3	4.0	4.0	96.0
	24.00	1	1.3	1.3	97.3
	25.00	1	1.3	1.3	98.7
	27.00	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Afektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	1	1.3	1.3	1.3
	15.00	1	1.3	1.3	2.7
	16.00	1	1.3	1.3	4.0
	18.00	3	4.0	4.0	8.0
	20.00	2	2.7	2.7	10.7
	21.00	2	2.7	2.7	13.3
	22.00	9	12.0	12.0	25.3
	23.00	6	8.0	8.0	33.3
	24.00	7	9.3	9.3	42.7
	25.00	12	16.0	16.0	58.7
	26.00	3	4.0	4.0	62.7
	27.00	1	1.3	1.3	64.0
	28.00	7	9.3	9.3	73.3
	29.00	5	6.7	6.7	80.0
	30.00	5	6.7	6.7	86.7
	31.00	3	4.0	4.0	90.7
	32.00	3	4.0	4.0	94.7
	33.00	1	1.3	1.3	96.0
	34.00	1	1.3	1.3	97.3
	35.00	1	1.3	1.3	98.7
	36.00	1	1.3	1.3	100.0
Total		75	100.0	100.0	

Konatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	1	1.3	1.3	1.3
	15.00	1	1.3	1.3	2.7
	16.00	1	1.3	1.3	4.0
	17.00	2	2.7	2.7	6.7
	18.00	3	4.0	4.0	10.7
	19.00	2	2.7	2.7	13.3
	20.00	3	4.0	4.0	17.3
	21.00	5	6.7	6.7	24.0
	22.00	4	5.3	5.3	29.3
	23.00	9	12.0	12.0	41.3
	24.00	6	8.0	8.0	49.3
	25.00	7	9.3	9.3	58.7
	26.00	6	8.0	8.0	66.7
	27.00	3	4.0	4.0	70.7
	28.00	8	10.7	10.7	81.3
	29.00	1	1.3	1.3	82.7
	30.00	5	6.7	6.7	89.3
	31.00	1	1.3	1.3	90.7
	32.00	4	5.3	5.3	96.0
	34.00	2	2.7	2.7	98.7
	37.00	1	1.3	1.3	100.0
Total		75	100.0	100.0	

Kategori Per- Indikator

Statistics

		Tenang	Mental dan fisik menunjang penampilan	Menyesuaikan diri	Mampu menetralsir Ketegangan	Mampu bersosialisasi	Selalu bereaksi positif
N	Valid	75	75	75	75	75	75
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		14.4933	12.4267	17.9467	14.1600	17.0533	11.2267
Std. Deviation		1.31902	1.49027	1.80010	1.43357	1.80010	1.59029
Variance		1.73982	2.22090	3.24036	2.05514	3.24036	2.52901
Range		6.00	8.00	10.00	9.00	8.00	7.00
Minimum		11.00	8.00	12.00	10.00	13.00	8.00
Maximum		17.00	16.00	22.00	19.00	21.00	15.00

Tenang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11.00	1	1.3	1.3	1.3
	12.00	1	1.3	1.3	2.7
	13.00	14	18.7	18.7	21.3
	14.00	27	36.0	36.0	57.3
	15.00	16	21.3	21.3	78.7
	16.00	8	10.7	10.7	89.3
	17.00	8	10.7	10.7	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Mental dan fisik menunjang penampilan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	1	1.3	1.3	1.3
	9.00	1	1.3	1.3	2.7
	10.00	1	1.3	1.3	4.0
	11.00	11	14.7	14.7	18.7
	12.00	35	46.7	46.7	65.3
	13.00	13	17.3	17.3	82.7
	14.00	4	5.3	5.3	88.0
	15.00	5	6.7	6.7	94.7
	16.00	4	5.3	5.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Menyesuaikan diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12.00	1	1.3	1.3	1.3
	14.00	1	1.3	1.3	2.7
	15.00	3	4.0	4.0	6.7
	16.00	7	9.3	9.3	16.0
	17.00	17	22.7	22.7	38.7
	18.00	23	30.7	30.7	69.3
	19.00	9	12.0	12.0	81.3
	20.00	8	10.7	10.7	92.0
	21.00	3	4.0	4.0	96.0
	22.00	3	4.0	4.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Mampu menetralsir Ketegangan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	1	1.3	1.3	1.3
	11.00	1	1.3	1.3	2.7
	12.00	3	4.0	4.0	6.7
	13.00	19	25.3	25.3	32.0
	14.00	24	32.0	32.0	64.0
	15.00	17	22.7	22.7	86.7
	16.00	5	6.7	6.7	93.3
	17.00	4	5.3	5.3	98.7
	19.00	1	1.3	1.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Mampu bersosialisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13.00	1	1.3	1.3	1.3
	14.00	5	6.7	6.7	8.0
	15.00	8	10.7	10.7	18.7
	16.00	17	22.7	22.7	41.3
	17.00	11	14.7	14.7	56.0
	18.00	20	26.7	26.7	82.7
	19.00	7	9.3	9.3	92.0
	20.00	2	2.7	2.7	94.7
	21.00	4	5.3	5.3	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Selalu bereaksi positif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	2	2.7	2.7	2.7
	9.00	9	12.0	12.0	14.7
	10.00	14	18.7	18.7	33.3
	11.00	17	22.7	22.7	56.0
	12.00	20	26.7	26.7	82.7
	13.00	7	9.3	9.3	92.0
	14.00	3	4.0	4.0	96.0
	15.00	3	4.0	4.0	100.0
	Total	75	100.0	100.0	

Uji Korelasi

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Dukungan Sosial	157.9070	19.17689	43
Kecemas an...	140.8837	27.99848	43

Correlations

		Dukungan Sosial	Kecemas an...
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	-.577**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	43	43
Kecemas an...	Pearson Correlation	-.577**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	43	43

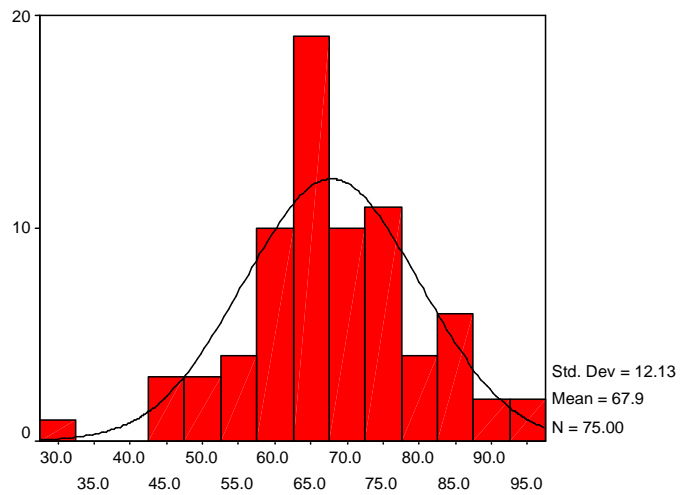
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji Normalitas Data

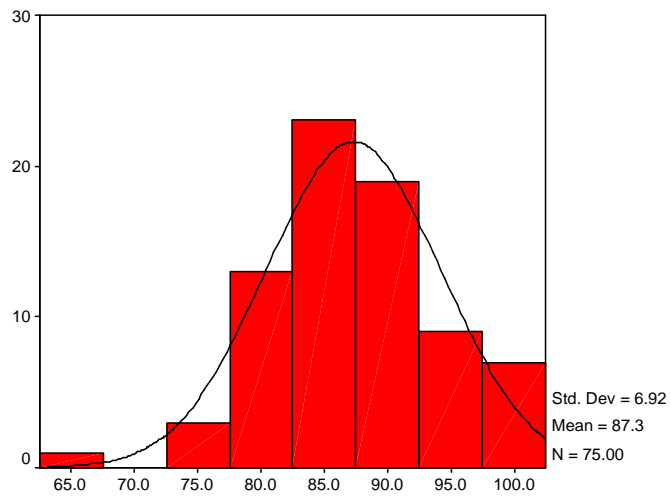
Statistics

		Sikap Terhadap kondisi Fisik	Kepercayaan Diri Remaja
N	Valid	75	75
	Missing	0	0
Mean		67.8800	87.3067
Std. Error of Mean		1.40012	.79864
Std. Deviation		12.12543	6.91644
Variance		147.02595	47.83712
Skewness		-.238	-.217
Std. Error of Skewness		.277	.277
Kurtosis		.734	.688
Std. Error of Kurtosis		.548	.548
Range		67.00	37.00
Minimum		29.00	64.00
Maximum		96.00	101.00
Percentiles	10	53.0000	79.0000
	20	58.4000	82.0000
	30	63.0000	83.0000
	40	65.0000	85.0000
	50	67.0000	87.0000
	60	70.6000	88.6000
	70	74.2000	91.0000
	80	77.0000	93.0000
	90	84.0000	97.4000

Histogram



Sikap Terhadap kondisi Fisik



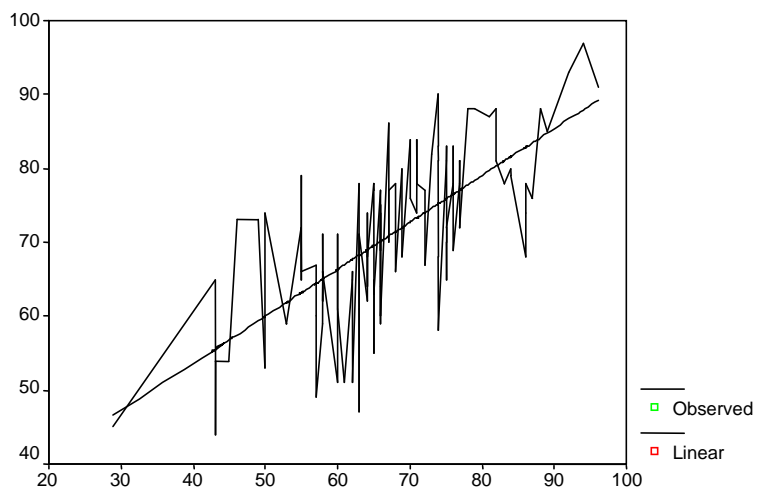
Kepercayaan Diri Remaja

Uji Linearitas

MODEL: MOD_1.
Independent: EX

Dependent	Mth	Rsq	d.f.	F	Sigf	b0	b1
YE	LIN	.725	101	289.84	.000	7.3725	1.2859

Kepercayaan Diri Remaja



Sikap Terhadap Kondisi Fisik

Uji Regresi (r^2)

Model Summary

Model	Change Statistics				
	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.725 ^a	289.842	1	101	.000

a. Predictors: (Constant), Sikap Terhadap kondisi Fisik

Uji Validitas Skala Sikap Terhadap Kondisi Fisik

**** Method 1 (space saver) will be used for this analysis ****
R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	112.1538	140.7572	.3470	.8818
VAR00002	111.9692	139.8740	.5153	.8790
VAR00003	112.0308	140.0303	.3945	.8809
VAR00004	112.0308	142.5928	.2170	.8822
VAR00005	112.4154	141.0279	.2915	.8833
VAR00006	111.9077	139.8351	.5084	.8791
VAR00007	112.1385	138.4962	.5034	.8788
VAR00008	111.9077	141.0538	.3967	.8808
VAR00009	112.9385	134.3087	.4622	.8800
VAR00010	112.4308	151.1865	-.1698	.8932
VAR00011	112.1077	138.0663	.5188	.8785
VAR00012	112.0308	136.4678	.6232	.8765
VAR00013	112.0615	136.5899	.6440	.8763
VAR00014	112.2769	136.4846	.5626	.8774
VAR00015	112.0769	144.9784	.1526	.8851
VAR00016	112.4462	140.0947	.3454	.8820
VAR00017	112.0923	139.3663	.5649	.8783
VAR00018	111.9231	140.8846	.3942	.8809
VAR00019	112.0769	141.1659	.3509	.8817
VAR00020	112.1077	136.0976	.5549	.8775
VAR00021	111.7538	141.5635	.4107	.8807
VAR00022	111.8154	138.1529	.6992	.8766
VAR00023	111.9538	145.9197	.1493	.8844
VAR00024	111.8154	138.7466	.6549	.8773
VAR00025	111.7846	141.2341	.4506	.8802
VAR00026	112.6000	146.7750	.0485	.8870
VAR00027	111.9692	142.7490	.3750	.8814
VAR00028	112.0000	143.4063	.2991	.8824
VAR00029	112.1846	139.1216	.4417	.8799
VAR00030	112.0308	136.5303	.6386	.8764
VAR00031	112.7538	138.7510	.3656	.8819
VAR00032	111.8462	140.6010	.5184	.8793
VAR00033	112.8462	136.6322	.3657	.8829
VAR00034	111.8462	141.2885	.4930	.8798
VAR00035	112.0308	142.5928	.2172	.8822
VAR00036	111.9538	145.9197	.1473	.8844

Reliability Coefficients

N of Cases = 65.0

N of Items = 36

Alpha = .8838

Uji Reliabilitas Skala Sikap Terhadap Kondisi Fisik

**** Method 1 (space saver) will be used for this analysis ****
R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	83.7385	117.8524	.3662	.9030
VAR00002	83.5538	117.8760	.4804	.9008
VAR00003	83.6154	117.3341	.4057	.9022
VAR00006	83.4923	117.8788	.4711	.9010
VAR00007	83.7231	115.8284	.5221	.8999
VAR00008	83.4923	119.5351	.3259	.9034
VAR00009	84.5231	109.2846	.5896	.8989
VAR00011	83.6923	115.9976	.5025	.9003
VAR00012	83.6154	114.3654	.6176	.8981
VAR00013	83.6462	114.9197	.6090	.8983
VAR00014	83.8615	113.6212	.6013	.8982
VAR00016	84.0308	116.8428	.3841	.9029
VAR00017	83.6769	117.3784	.5316	.9000
VAR00018	83.5077	119.1913	.3374	.9033
VAR00019	83.6615	117.9149	.3907	.9024
VAR00020	83.6923	112.8413	.6159	.8978
VAR00021	83.3385	118.8837	.4153	.9019
VAR00022	83.4000	116.3375	.6580	.8983
VAR00024	83.4000	116.2125	.6682	.8982
VAR00025	83.3692	119.8615	.3579	.9028
VAR00027	83.5538	121.0635	.3917	.9037
VAR00029	83.7692	115.6490	.5038	.9002
VAR00030	83.6154	114.3966	.6347	.8978
VAR00031	84.3385	113.9149	.4844	.9010
VAR00032	83.4308	117.6553	.5517	.8999
VAR00033	84.4308	111.3115	.4923	.9019
VAR00034	83.4308	118.5928	.5020	.9008

Reliability Coefficients

N of Cases = 65.0

N of Items = 27

Alpha = .9040

Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri Remaja

*** Method 1 (space saver) will be used for this analysis ***
R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	111.5538	151.0322	.4342	.8973
VAR00002	111.4308	153.1865	.3420	.8986
VAR00003	112.3846	142.8966	.5383	.8958
VAR00004	111.5538	155.0635	.2190	.9003
VAR00005	112.2615	152.3837	.2438	.9014
VAR00006	111.7692	149.7740	.4469	.8971
VAR00007	111.4923	150.9726	.4403	.8972
VAR00008	111.8923	151.1288	.3231	.8995
VAR00009	111.3231	151.8159	.4389	.8973
VAR00010	111.2923	152.1788	.4802	.8970
VAR00011	111.7231	146.8909	.5520	.8952
VAR00012	111.4462	148.7197	.6063	.8949
VAR00013	111.4000	148.3062	.5480	.8954
VAR00014	111.6154	147.7091	.6324	.8943
VAR00015	111.9077	150.8663	.4099	.8977
VAR00016	111.7077	152.6788	.2814	.9000
VAR00017	111.6462	151.1385	.4946	.8966
VAR00018	111.5692	150.8428	.4657	.8969
VAR00019	111.3692	153.0803	.3943	.8980
VAR00020	111.4000	150.7437	.4929	.8965
VAR00021	111.3692	150.1115	.5104	.8962
VAR00022	111.6000	147.0562	.5748	.8949
VAR00023	111.5538	152.0322	.4411	.8973
VAR00024	111.6154	144.3966	.6699	.8930
VAR00025	111.6769	148.2221	.5529	.8954
VAR00026	112.0308	160.0615	-.0765	.9056
VAR00027	111.5692	153.4990	.4081	.8979
VAR00028	111.5692	148.7490	.5067	.8961
VAR00029	111.5538	149.6572	.5537	.8957
VAR00030	111.4462	150.2822	.6061	.8954
VAR00031	111.4923	155.1913	.2227	.9002
VAR00032	112.2769	160.1409	-.0802	.9058
VAR00033	111.4615	151.7837	.3633	.8984
VAR00034	111.5385	148.3462	.6312	.8945
VAR00035	111.4462	150.7510	.5204	.8963
VAR00036	111.6000	149.4000	.4658	.8968

Reliability Coefficients

N of Cases = 65.0

N of Items = 36

Alpha = .9000

Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri Remaja

*** Method 1 (space saver) will be used for this analysis ***
R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	93.9846	132.9841	.4280	.9142
VAR00002	93.8615	134.7774	.3507	.9152
VAR00003	94.8154	124.3404	.5746	.9127
VAR00006	94.2000	131.4125	.4630	.9138
VAR00007	93.9231	132.5721	.4564	.9138
VAR00008	94.3231	132.2534	.3576	.9160
VAR00009	93.7538	134.4385	.3827	.9148
VAR00010	93.7231	133.8596	.4888	.9135
VAR00011	94.1538	129.6322	.5181	.9129
VAR00012	93.8769	130.5784	.6160	.9116
VAR00013	93.8308	130.0803	.5627	.9122
VAR00014	94.0462	129.8572	.6271	.9113
VAR00015	94.3385	132.6024	.4169	.9145
VAR00017	94.0769	132.7909	.5088	.9131
VAR00018	94.0000	132.8750	.4549	.9138
VAR00019	93.8000	135.0062	.3798	.9148
VAR00020	93.8308	132.4553	.5039	.9132
VAR00021	93.8000	132.0375	.5095	.9131
VAR00022	94.0308	128.8740	.5904	.9117
VAR00023	93.9846	133.7341	.4478	.9139
VAR00024	94.0462	126.4822	.6796	.9100
VAR00025	94.1077	130.5351	.5360	.9126
VAR00027	94.0000	135.0937	.4175	.9144
VAR00028	94.0000	130.5312	.5186	.9129
VAR00029	93.9846	131.4529	.5637	.9123
VAR00030	93.8769	132.1721	.6077	.9121
VAR00033	93.8923	133.1601	.3880	.9149
VAR00034	93.9692	130.3115	.6354	.9113
VAR00035	93.8769	132.3596	.5395	.9127
VAR00036	94.0308	131.7490	.4433	.9141

Reliability Coefficients

N of Cases = 65.0

N of Items = 30

Alpha = .9159

